

بنت النيل



مارس ١٩٥٤
١٠ قروش



Il Faut

nettoyer... tonifier... nourrir...

avec les produits

Elizabeth Arden

يجب

تنظيف ... وتقوية ... وتغذية ...

بمستحضرات

اليزابيث اردن

نحو جامعة الشعوب العربية

فى بيروت وعمان والقدس ورام الله حيث ذهبت فى رحلتى الاخيرة الى الاقطار العربية ٠٠٠ وفى كل مناقشة وكل محاضرة وكل اجتماع يتصل الحديث فيها بينى وبين نساء ورجال هذه الشعوب الشقيقة حول الحركة النسائية والقضية العربية كانت الآراء تتجه فى اجماع حول معنى واحد بالذات ٠٠٠ فما اكاد أنتهى من دعوتى لتجميع قوانا نحن نساء ورجال الشعوب العربية لتوحيد الكفاح بيننا فى سبيل المعركة المشتركة التى تخوضها أوطاننا العربية ضد العدو المشترك . هذا العدو الذى يقيم الاحلاف العدوانية كل يوم ليوحد جبهته الاستعمارية ضد شعوبنا العربية رغم ما بين هؤلاء المستعمرين من مناقشات وخلافات ٠٠

ما اكاد أنتهى من حديثى عن أهمية توحيد الكفاح النسائى مع الكفاح الوطنى لكسب القضية العربية حتى تتعالى صيحات التأييد . ولكن صيحات التأييد لم تكن كل شىء فثمة سؤال واحد كان يلح فى طلب الجواب عن الطريقة التى يمكن أن يتم بها تحويل الكلام والحماسة الى حقيقة مادية نافذة ٠٠ وهكذا تولدت فى نفسى فكرة انشاء جامعة للشعوب العربية تكون رسالتها هى التعبير عن ارادة الشعوب العربية وربط الكفاح العربى بين كل شعوبنا المناضلة فى سبيل حريتها ٠٠ ولما كان تحرير الاوطان هو تحرير نساءها ورجالها على السواء فان جامعة الشعوب العربية ستكون ساحة الجهاد التى تجمع بين نساء العروبة ورجالها فى الاشتراك جنباً الى جنب فى حمل راية الجهاد المقدس فليس غير الشعوب من يملك القوة والايمان اللازمين لكسب معارك التحرير ٠٠

وللشعوب الكلمة الاولى والاخيرة فى معارك التحرير

د. عبد الحليم

بنت النيل السياسية

شهر المؤتمرات والبيانات الاقتصادية والسياسية

آمال ١٠٠

عاشت المرأة المصرية . بل المرأة في كافة أرجاء العالم خلال الشهر المنصرم . والامل يراودها . بل ويكاد أن يفنيها وقد يكون من العجيب أن يوجد أمل يفنى ولكن هي الحقيقة ... الحقيقة الكبرى لان هذا الامل كبير وعظيم الى الدرجة القصوى .

أقول عاشت المرأة وكلها أمل في أن يسفر اجتماع الاربعة الكبار : وزراء خارجية روسيا وانجلترا وفرنسا وأمريكا عن خير ... عن اتفاق على تدعيم السلام والمحبة بين شعوب العالم ... وجاءت الاخبار تترى ... الاتفاق كاد أن يتم بين الوزراء على توقيع معاهدة الصلح النموسوية ... الروح التي تسود المؤتمر روح طيبة تخالف روح المؤتمرات السابقة ... وهكذا الخ ...

ثم جاءت نذر الفشل ... أعلن الاربعة الكبار فشلهم في الاتفاق على ارجاع الاحوال الى طبيعتها الاولى في انتمسا ... أجل الاربعة العظام بحث مشاكل كذا وكذا ...

ولكن وسط كل هذه الاخبار والنذر أعلن نبأ هام هو اتفاق المؤتمرين على عقد مؤتمر في جنيف بسويسرا تشترك فيه جمهورية الصين الشعبية لبحث مشاكل الشرق الاقصى : مشاكل كوريا والهند الصينية وبورما والملايو واليابان ... فعاد الامل يملأ القلوب من جديد ... وعاد الدماء تلهج به الالسنة نالية ...

وبنت النيل تدعو الله أن يلهم هؤلاء الاربعة بل وغير هؤلاء الاربعة التوفيق ... لان في هذا التوفيق الخير كل الخير لها وللعالم أجمع ... فالمرأة تكون نصف مجتمع وادي النيل ، وتكون نصف المجتمع العالمي .

دوية شفيق

يعتبر شهر فبراير المنصرم بالنسبة لمصر شهرا اقتصاديا وسياسيا ناجحا ..

حدث في هذا الشهر ان وقعت مصر أول اتفاق كبير مع شركة أمريكية يعطيها حق التنقيب عن البترول في الصحاري المصرية ... وقد أحدث توقيع هذه الاتفاقية أثرا كبيرا في مصر والخارج فقد شعر رجال المال بأن الثورة قد ولجت باب الاقتصاد وان الشركات الاجنبية قد آمنت باستقرار الاوضاع في مصر رغم ما يشيعه المفرضون من الاجانب المستعمرين

جديدة مع تخصيص ٥٠ محسلا بالكلية الحربية لاثناء السودان وكذلك الحال في كلية اركان الحرب والضمباط العظام ومختلف المدارس التابعة لاسلحة الجيش المصري .

ويكفيينا تعليقنا على هذا البيان أن نذكر حقيقة غريبة هي أن السودان حتى الان لا يمتلك مدفا واحد أو طائرة واحدة . وان حكومة السودان الانجليزيه التي جثمت على انفاس اخواننا طوال ٥٥ عاما كانت تستأجر - من الجيش البريطاني عشرة مدافع .. لماذا ؟ لانها فقيرة !!

وبمناسبة الحديث عن السودان لابد من كلمة عن ذلك الخلاف الذي دب بين الحاكم العام ورئيس مجلس وزراء السودان حول تكوين لجنة السودنة . ان الحاكم العام يحاول ان يفرض أسماء معينة على شعب السودان ويحاول أن يستقل مركزه في تعطيل الحكومة الجديدة وعرقلة سيرها ..

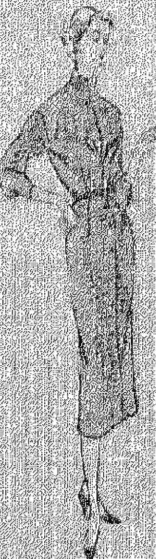
ويدخل في هذا الباب تسلك الاخبار التي أخذت تترى عن نشاط مدير مديرية خط الاستواء الانجليزى الذى أخذ يحرض أبناء الجنسوب على اخوانهم الشماليين بحيث تطور الامر ووقعت اضطرابات لها دلالتها في مدينة جوبا ..



في الهند الصينية

القائد الصينى لزميله - أنا موش فاهم ايه الحكاية .. ده ميدان حرب والا ميدان سباق ؟؟

التأنيّة



أما سوريا الشقيقة العربية
الطموحة فقد ثبت لنا من حوادثها
الآخيرة أن الاستعمار لا يزال يلعب
بذيله فيها .. وأن مؤامرات
الإنجليز ما زالت تدور في الخفاء
لغرض واحد هو الاستعمار فرسالة
الإنجليز في العالم هي رفع لواء
الاستعمار واعلاء شأنه حيثما
كان ..

ولقد واجه الزعيم الشيشكلي
الموقف في جبل الدروز بحسزم
وقضى على الاضطرابات بقسوة
وان أدى الامر الى خلاف بين القطر
السوري والعراق .. وعلى كل حال
فلا يزال الامل كبيرا في القضاء
على هذا الخلاف الذي أوجسده
الإنجليز ودفعت اليه اسرائيل
تلك الشوكة الدنيئة في جسم
العروبة .

ولننتقل الى برلين حيث اجتمع
وزراء خارجية الدول الاربع
الكبرى .. لقد اجتمعوا
حقيقة ولكنهم اجتمعوا ليتفارقوا
ثانية .. وقد راودت النفوس
الامال العراض حين طلعت الجرائد
بخبر الاتفاق على حل مشكلة
النمسا ولكن ثبت ان هذا الخبر
لا أساس له من الصحة وان مثل
هذا الاتفاق بين هذه الدول
التي تدعى الكبر والمتكبرة في الواقع
حلم من أحلام الخيال .

واهتزت النفوس طربا لسحق
جيوش الاستعمار الفرنسي في الهند
الصينية وأخذت فرنسا تولول
وتصرخ ولكن لم يظهر في الافق
من يرحمها لانها لم ترحم هذه
الشعوب المستعمرة في يوم من
الايام ..

وأخيرا وليس آخرا فلترسل
على صفحات بنت النيل السياسية
قبلة الى جواهر لال نهرو رئيس
وزراء الهند فقد أعلن بكل قسوة
أن سياسة حكومته هي عدم قبول
أية معونة عسكرية أمريكية
وان الهند ستعتمد على نفسها
في تقوية نفسها ..

الاستاذ الشيخ الباقوري
الى جنوب السودان
لافتتاح أول برلمان سوداني ..
ولا ريب في أن هذه الرحلة
سيكون لها صدى قوى لافى السودان
فحسب ولكن في إنجلترا وسائر
أنحاء « العالم الحر » اسما
والناصر للإنجليز فعلا ..

♦ سيزور مصر رسميا يوم ٥
مارس القادم الملك حسين ملك
الأردن ...
♦ قدم قائد الفرقة الجوية
محمد صديقي محمود رئيس البعثة
العسكرية المصرية الى الهند سيفا
نيابة عن القوات المسلحة المصرية
الى القوات المسلحة الهندية
في احتفال رائع .

♦ علقت المصادر المسؤولة
في لندن على قرار الحكومة المصرية
أهداء السودان خمس طائرات
وأسلحة لآلاف جندي سوداني
فقال ان بريطانيا ترحب بهزيب
الارتياح بكل مساعدة للسودان
وانه ليس في نية بريطانيا حاليا
القيام بعمل مماثل لما قامت به
الحكومة المصرية نحو السودان



الجاهل - موش فاهم ليه
الناس بتضحك لما أقول اني
متخرج من الليسيه فرانسيه
زميله - الحق عليك ..
لازم يعنى تدعى أنك متعلم
في أوربا ..

وقد رد الصاغ صلاح سالم على
هذه الاخبار بكلمة تدل على وعي
واضح هي انه يرحب بهذه
الحوادث لانها ان دعت الى شيء
فانها تدعو الى العمل الجدى
في سبيل التخلص نهائيا من آثار
الاستعمار في السودان .. هذا
وسيسافر في أوائل مارس

في سطور

♦ لعل اعجب محاكم الطلاق
في العالم بأسره هي محكمة أناوة
في كندا فهي تتألف من ١٩ عضوا
من أعضاء مجلس الشيوخ . وكانت
لا تقر أية حالة من حالات الطلاق
الا لسببين هما الخيانة الزوجية
أو استعمال القسوة ولكنها
خرجت على هذا التقليد أخيرا
وأقرت طلاق زوجة من زوجها
لعدم صلاحيته . وما كادت تفعل
ذلك حتى انتهالت عليها مئات
من طلبات الطلاق !!

♦ تهوى إحدى المدرسات
في بنها تربية القطط وهي تنفق
عليها أغلب مرتبها وقد سببت
هذه القطط الأزواج للجيран مما
أدى الى الشكوى منها وقد رفضت
هذه المدرسة اطاعة أمر مجالس
المديرية الذي يقضى بإبعاد هذه
القطط !!

♦ زار شيرى جواهر لال نهرو
رئيس وزراء الهند المنطقة التي
وقع فيها الحوادث الذي راح
ضحيته ما يقرب من ٥٠٠ قتيل
والفا جريح من الحجاج الهندود
عند تزاحمهم للنزول الى ميناء
نهر الكنج المقدس للاغتسال أثناء
الاحتفال الدينى الكبير الذى
يقام كل ١٢ سنة عند ملتقى
نهرى الكنج وجومنا .

♦ يؤخذ من الاحصاءات
الرسمية ان الرسوم التى حصلت
عن عقود الزواج في السنة القضائية
الماضية نقصت الى ٢٢ ألف جنيه .
وبلغت قيمة الرسوم في عقود
الطلاق في تلك السنة ٨٠٠٠ جنيه



مع الجامعات اللبنانية



في المطار

مع الجماهير المتجاوبة

إذا كان ضيق المجال هنا يحول دون تقديم هذه المحاضرة على هذه الصفحات .. فإنا نكتفي بتقديم هذه الصورة لجانب من قاعة المحاضرة لعل نظرات الجماهير فيها تعكس لنا هذه المعاني التي ينصتون إليها من بنت النيل وهي تنادي الشعوب العربية بالشعار الذي يجب أن يسود بيننا . أن الحرية كل لا يتجزأ فما القضية النسائية إلا جزء من القضية الوطنية.. وما القضية الوطنية إلا الجزء الذي لا يتجزأ من القضية العربية . قضية تحرير الشعوب العربية نساها ورجالها .

مع الطليعة المثقفة

وهذه الصورة تتقدم فيها الجامعات اللبنانية الطليعة المثقفة التي تقع على عاتقها دائما رسالة نشر المعرفة وحمل لواء النهضة الفكرية التي هي أساس الارتقاء والحضارة .

والصحافة

في كل مكان وفي نهاية كل محاضرة أو اجتماع كانت الصحافة لحاصر بنت النيل في مؤتمرات صحفية تلقائية حيث تدور المناقشات

بنت النيل في لبنان

على أرض لبنان

هذه الرسالة الاولى لسندوبة النيل في بيروت ودمشق الانسة ليلي أبو اسماعيل تسجل الصورة الاولى فيها استقبال بنت النيل على أرض مطار لبنان وقد خرجت وفود الهيئات النسائية الى المطار لاستقبالها تتقدمها الدكتوراه زاهية قدورة صاحبة دعوة الدكتورة درية لاقامة محاضرة عن المرأة والقضية العربية ببيروت ..

تقديم

وكان العمل الاول الذي ينتظر الدكتورة درية في بيروت هو القاء محاضرتها التي دعيت إليها وعلى منصة الخطابة بقساعة وزارة التربية الوطنية ببيروت تجلس الداعية الدكتورة زاهية قدورة خلف الميكروفون تقدم المحاضرة المضرة للجماهير العربية .

نساء من الشرق

في اواخر يناير قامت الدكتورة درية شفيق برحلة الى الاقطار العربية بدعوات من لبنان وعمان وكثير من البلاد العربية للقاء محاضرات حول المرأة والقضية العربية .. ومن بيروت وعمان وبیت لحم والقدس نرام الله وحيث ذهبت الدكتورة درية كانت رسائل مندوبات بنت النيل ومندوبيها تصل الى دار بنت النيل - تبعا تسجل انباء الرحلة وصور الشخصيات العربية التي التقت بها .. وعادت الدكتورة رئيسة التحرير بعد أن اكتملت لديها هذه المجموعة المصورة التي تحكي قصة هذه الرحلة والتي يهيم الدكتوراه درية أن تقدم فيها هذه الصور لنساء من الشرق بعد أن رفضت أن تفيي الينا بحديث من الجانب الشخصي لرحلتها .



الدكتورة زاهية قدورة

مع حرم رئيس جمهورية لبنان



مع طالبات الجامعة





مع رئيس الجمهورية



محاضرة الدكتورة درية شفيق بقاعة التربية الوطنية



مع صاحب جريدة الحرية

مع رئيس الجمهورية

وقبل ان تبارح بنت النيل لبنان تشرفت بمقابلة السيد كميل شمعون رئيس الجمهورية الذي تفضل بتحميلها اطيب تحياته الى مواطنيها وقادة مصر وتطرق الحديث حتى شمل رأى الرئيس اللبناني في مشروع جامعة الشعوب العربية حيث صرح سيادته بأنه لا يوجد من يستطيع أن يعارض في قيام جامعة شعوب عربية الى جانب وجود جامعة الدول العربية. فان جامعة الدول العربية تستطيع أن تستمد قوتها من الشعوب العربية في هذه الحالة فليس أقوى من الشعوب اذا توحدت قوتها .

الدكتورة زاهية قدورة

لقد وحد بينهما الكفاح المشترك في سبيل القضية الواحدة . قضية المرأة .. وهما هذه الصورة تجمع بينهما وقد جلسا يتدبران وسائل الكفاح وطرق توحيديه بين نساء لبنان اللاتي تحقق لهن حقهن كاملا وبين اخواتهن في مصر وهن على أبواب المعركة الفاصلة في هذا السبيل .

(البقية ص ١٥)

حول شئون المرأة والقضية العربية وفكرة جامعة الشعوب العربية . هذه الفكرة التي ولدتها في نفس بنت النيل كثرة تفكيرها في ضرورة تكتل قوى الشعوب العربية في سبيل كسب معركة التحرير للوطن العربية المناضلة .

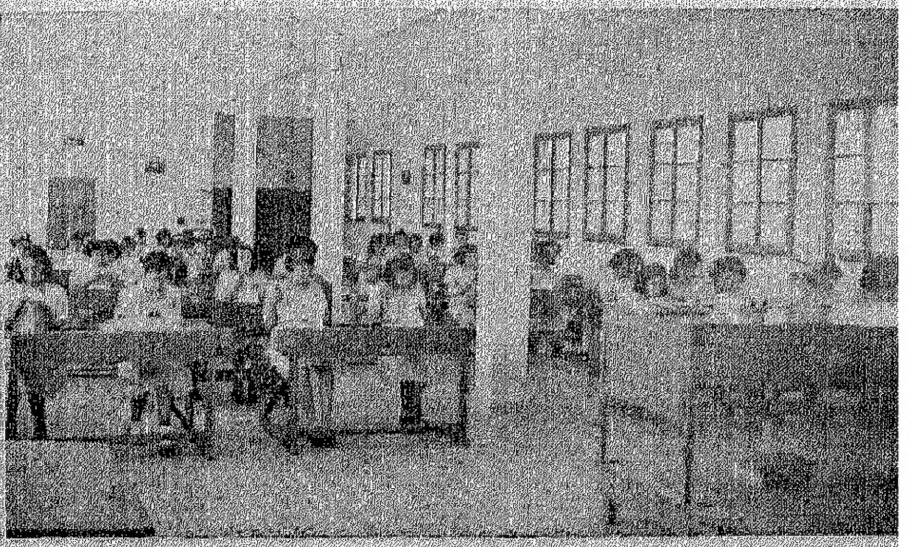
ففي الصورة الاولى عن الصحافة تلتف الصحفيات اللبنانيات بالضييفة المصرية وأما الثالثة فتمثلها مع الصحفى والسياسى الكبير صاحب جريدة الحرية اللبنانية .

حديث الرئيسين

عندما تجتمع سيدتان - أى سيدتين - فلاشك أن الحديث بينهما يدور حول أحوال أقرب الشئون الى المرأة شئون الاسرة ومشاكل المرأة وأمال كل منهما في المستقبل فما الحال اذا اجتمعت سيدتان مثل حرم كميل شمعون رئيس الجمهورية اللبنانية والدكتورة درية شفيق . وهما يشغلان المكان البارز في معالجة القضية النسائية انه ولاشك يكون حديث الحركة النسائية ومطالب المرأة وآمال المجتمع كله .

درية شفيق وزاهية قدورة

مؤسسة لبنانية





مع رئيس وزراء الاردن وسفير مصر في عمان



مع حرم رئيس البلدية بهمان

نساء من الشرق

بنات النيل في الاردن

الى الاردن

ونتقل مشاهد قصتنا المصورة الى وطن عربي آخر .. فقد كان على رئيسة بنت النيل ان تودع لبنان وشعبها العظيم لتلبي دعوات أخرى كريمة منها دعوة المعهد العلمي واللجنة الثقافية في عمان هذه الدعوة وصلتها وهي بعد في مصر عن طريق مندوب بنسنت النيل في عمان الاستاذ زهير شقير.

في عمان

وفي عمان كانت الوفود النسائية في انتظارها .. ولعل الكثيرين في مصر لا يعلمون أن الاردن اليوم تشهد نهضة نسائية قوية بالنسبة لحداثة عهد الاردن بها .. وهذه أولى صور قصة زيارة بنت النيل لعمان .. وهي تضم شخصيات نسائية بارزة منها السيدة حرم رئيس البلدية في عمان التي كانت

هي وزوجها الفاضل في مقدمة المرحبين بالضييفة المصرية ..

مع رئيس الحكومة

اما الصورة الثانية فهي تمثل احتفاء السيد فوزي الملقى رئيس الوزارة الاردنية .. هذا الاحتفاء الذي تعتبره الدكتورة درية اصدق تصوير للشعور العميق الذي تكنه الشعوب العربية نحو مصر الشقيقة الكبرى .. ان رئيس الحكومة الاردنية يؤكد للدكتورة درية في الحديث « غير الرسمي » الذي يدور بينهما هنا حول فكرة جامعة الشعوب العربية أن توحيد الشعوب العربية هو صميم القضية العربية ..

مؤتمرات نسائية في كل حفل وفي فندق فيلادلفيا بعمان اقيم حفل كبير لتكريم بنت النيل جمع الهيئات والشخصيات النسائية

في الاردن والبلاد الفلسطينية المجاورة .. وقد اشتدت الحماسة لهذا الاجتماع التاريخي حتى لقد طالب الرجال بالاشتراك فيه للاستماع للمناقشة التي ظلمت للدكتورة درية تتولى ادارتها والإجابة فيها على ما يلقي اليها من الاسئلة والاستيضاحات أكثر من ساعتين متواصلتين فكانت غرة هذا المؤتمر النسائي النسبي أن اختتم باعلان السيدة اميلي بشارات حرم نساء عمان على تأليف اتحاد بنات الاردن على أن يقوم على غرار اتحاد بنت النيل المصري ..

وفي عمان ألفت الدكتورة درية محاضرة عن المرأة العربية مالها وما عليها بدعوة من المعهد العلمي، وقد كان رائعا أن نسية الجماهير المستمعة الى المحاضرة كانت المرأة الاردنية تمثل الاغلبية فيه رغم شدة الإقبال الذي جعل القاعة تضيق بهم فيها .. وتقاسم الدكتور درية في تصريح لها من هناك أن الاردنيات السافرات كن يجلسن الى جنب في ترحيب وتقدير عظيم من الرجال ..

مقابلات

وقبل أن ننهي الدكتور زيارتها لعمان دعيت المشرف بمقابلة جلالة الملكة زين ملكة الاردن .. والملكة زين هي الراعية الاولى للنشاط الاجتماعي وأعمال الخير في الاردن. كما تعتبرها نساء الاردن الراعية الروحية للحركة النسائية الناهضة في بلادها .. والصورة الرابعة تمثل الدكتورة مع بعض سيدات الاردن وهن السيدات جهلان عازر واميلي سيفلى واوجيني حداد ..

في حرم القديس

وقد انتهزت الدكتورة درية فرصة وجودها في الاردن فقامت بزيارة للحرم القديس لصحبها السيدتان المجاهدتان هند الحسيني مؤسسة دار الطفل العربي والسيدة زليخا الشهابي رئيسة دار رعاية الطفل وهي المؤسسات التي تعمل لجمع الاطفال الذين شردتهم حرب فلسطين ولا يكاد يذكر اسما هاتين السيدتين في بلاد فلسطين والاردن حتى تبرز قصص البطولة والتضحية التي يحفظها ضمير الانسانية لهما وقد أوقفنا حياتهما وما لهما في سبيل تخفيف ويلات الحرب عن الطفولة الفلسطينية

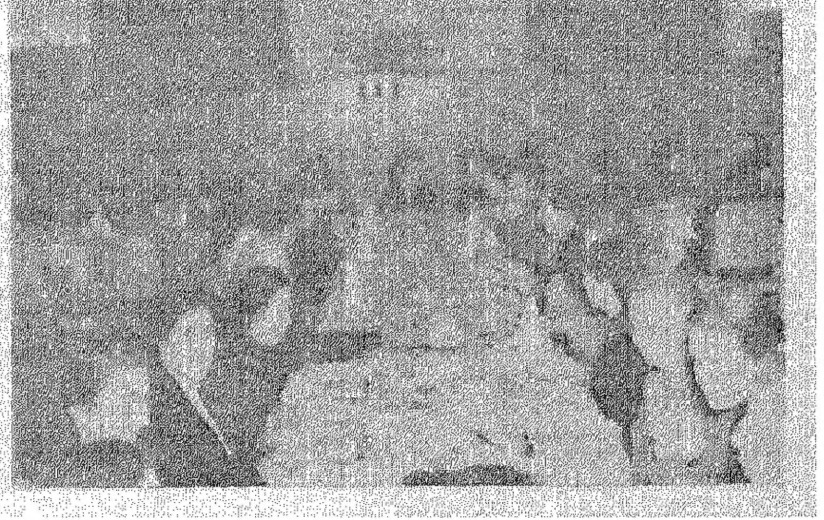
في زيارة جمعية المرأة الاردنية

في ضيافة مبرة الاميرة بسمة





مع السيدات جهاني عازر وأمل صيقل وأوجني حداد



في فندق فيلادلفيا بعمان



حفلة استقبال في عمان



في جمعية الشابات المسيحيات
في الحرم بالقدس

الجمعية تتولى رعاية الاطفال
اليتامى الذين خلفتهم المذبحة
الصهيونية ..

جمعية الشابات المسيحيات
وللشابات المسيحيات جمعية
كبيرة في عمان ويرى من اعضائها
هنا مدام حكيم ومام حرمورة
ومدام بنة وتقوم هذه الجمعية
بأعمال الخير ونشر الثقافة ..
ومن الشخصيات النسائية البارزة
في الشرق الأوسط السيدة ابتهاج
قدورة رئيسة الاتحاد النسائي
العربي والسيدة حرم الاستاذ سكر
وزميلاتها من عضوات الهلال الاحمر
بعمان والسيدة لور تابت ببيروت
والسيدة عدوية الطباخ
زعيمة النهضة النسائية في دمشق
وقد فازت في الانتخابات السورية
بخمسة وعشرين الف صوت ..
والانسة لبنى ناصر مؤسسة دار
الزهور في القدس والسيدة حرم
النائب عبد الرمازي بفلسطين
والسيدة حلوة جاكمان ببيت لحم
والكاتبة المعروفة فائزة عبد المجيد
بنابلس والحاجة عندليب العميد
والحاجة راشدة معروز المصري
بنابلس والسيدة جميلة بشنان
بطولكرم ورئيسة الاتحاد النسائي
العربي بالخليل ..

البائسة ويكفي انهما أصرتا على
البقاء في قلب المعرانة لتأدية
وبالتة النيلة فظلتا في القدس
وأهوال الحرب تحيط بهما وفي
الصورة يبدو مدخل الحرم القدسي
الكريم ..

ميرة الاميرة بسمة

أما الصورة السادسة فمسند
أخذت لزيارة الدكتورة درية لمؤسسة
ميرة الاميرة بسمة ويرى معها
السيدة أميل بشارات وهي
مضيئة الدكتورة درية أثناء رحلتها
الى عمان .. والسيدات سلوى
دجاني وأميمة خياط ووداد طوقان
ومى علم الدين وعليه الخيري ..

جمعية نهضة المرأة الاردنية

وفي طواف الضيفة المصرية
استطاعت الفوز بزيارة الكثير
من الهيئات والجمعيات النسائية
الاجتماعية وهي هنا يحيط بها
اعضاء الجمعية السيدات حرم
مصطفى خليفة والسيدة سميرة
مجالى والسيدة تلهوني وحرم
على منكو والسيدة مجدولين مفتى ..

جمعية اليتيم العربي

وهذه صورة أخرى لزيارتها
لجمعية اليتيم العربي والى جوارها
السيدة أميل بشارات والسيدة
سلوى شوبجات .. وهذه

في زيارة جمعية التمس الاردني



المجتمع في شهر

◆ تقوم بعض المنظمات النقابية الممثلة لأكثر من مليون من المشتغلات بالاعمال الحرة في بريطانيا بحملة في سبيل مساواة النساء بزملائهن من الرجال في الاجور عن الاعمال المتساوية وهي تعد التماسا بذلك سيقدم الى البرلمان يوم ٩ مارس ٠٠

◆ قضت احدي المحاكم المدنية الفرنسية بالسجن سنة ضد السيدة فيوليت برادشو بتهمة ارتدائها ملابس الرجال بقصد تزييف شخصيتها النسائية بشخصية الرجال

◆ تجرى في الاردن الاستعدادات لاشتراك نساء الاردن في الحرس الوطني على أن يتم ذلك بنسبة ٥ من النساء الى كل مائة رجل في الحرس الوطني ٠٠

١ - ملكة جمال باريس ، مس دانييل بانيفال وعمرها ٢٧ سنة

٢ - ملكة جمال النرويج ، مس جريد هستاد وعمرها ٢٥ سنة

٣ - ملكة جمال البحر الابيض ، مارتن جريمويرز وعمرها ٢٦ سنة

٤ - ملكة جمال العالم ، مس كيكي هاكنسن وعمرها ٢٢ سنة

◆ جاءت الى مصر طالبات من الصومال لطلب العلم في المدارس والمعاهد المصرية

◆ انتدبت السيدة البتول محمد عيسى نائبة عميدة مدرسة القابلات بأم درمان والسيدة حواء علي بصير لتمثيل السودان في مؤتمر القابلات الدولي الذي سيعقد بجامعة لندن وهذا أول مؤتمر عالمي تشترك فيه المرأة السودانية

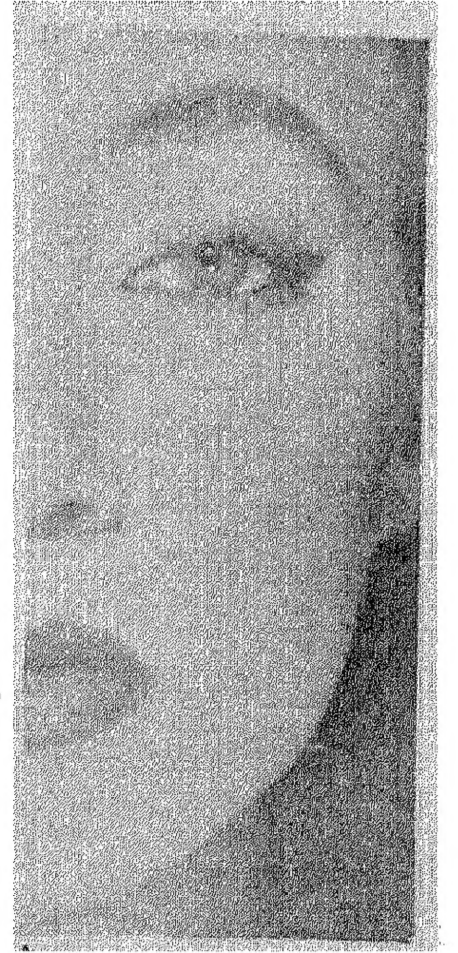
◆ سافرت الى نيوكاسل الانسة عايذة بشارة لدراسة طريقة توزيع الصناعات المصرية-جغرافيا-والحصول على الدكتوراه في هذه المادة

◆ ومن اليابان ، تلقت السيدة ماتلدة جريس بعد أن زارت الهيئات النسائية هناك - تلقت بياناً عن نشاط المرأة اليابانية ، وكيف دخلت البرلمان وتولت الشئون العامة وسوف تقدم السيدة ماتلدة تقريراً عن هذا الى المسئولين للاهتمام به

◆ سافرت الى الحبشة الانسة مونا دوس للاشراف على معهد التدبير المنزلي هناك

◆ تستعد السيدة اميلي بشارت في عمان لتأليف اتحاد بنت الاردن على أن يكون على غرار اتحاد بنت النيل

◆ كان في مصر وعاصمة مصر هذا الشهر أربع ملكات للجمال :



شهر ٣

تكفل لك ياسيدتي مهارة لا نظير لها في مزاولة الخياطة على احسن الوجوه

تعلم
التفصيل والخياطة

مدرسة فيرا

٢٠ شارع الخادواة عمارة الكرنشقال ٧٤١٠٤

قرىا سفتح فصل جديد باب الاشتراك مفتوح

بارد وابتعدي اسماكك



من اليمين الى اليسار : الدكتور احمد حسام الدين سكرتير عام جامعة القاهرة والاستاذ محمد زكي عبد القادر والدكتور عبد الحميد الدواخل والدكتورة درية شفيق والدكتور عبد المنعم بدر عميد كلية الحقوق ثم الاستاذ يوسف فهمي

لنكوم

ذات الشهرة العالمية
قد أصبحت الآن
في متناول يدك

لنكوم ٠٠٠ احمر الشفاه
لنكوم ٠٠٠ احمر الخدود
لنكوم ٠٠٠ كريم الجمال

ان مستحضرات لنكوم
هي وخطها التي
تهبك الجمال

LANCÔME
PARIS
BEAUTÉ MAQUILLAGE - PARFUMS

قلوب

هل تصدق أن عددا كبيرا من سيدات مجتمعنا الراقى لا يقرآن الجرائد اطلاقا ؟ هل تصدق أن بعضهن لا يعرف شيئا عما يدور في الداخل والخارج من أحداث ؟ وأن لا هم لهن الا تسقط أخبار الجيران والمعارف والاصدقاء ؟ والتحدث عن زيزى التى اشترت معطفا من الفراء بثلاثمائة جنيه ، فى حين أن زوجها لا يزيد مرتبه عن الستين جنيها ٠٠١ وعن ستسن التى تمضى يومها بالنادى غير عابئة بتربية اولادها ولا مهتمة بطعام زوجها ولا باعداد ملابسها ٠٠ وعن سوسو تلك العانس المتصابية التى ما زالت تبحث عن زوج تغفل به صديقاتها ٠٠ انها تؤمن الايمان الذى لا يخالجه شك بأن الرجال يفضلون المال على الشباب والجمال ٠٠١ وعن ميمى ذلك الشاب الفتول العضلات الذى يعيش عالة على والديه ٠٠ انهن يكتفين بعالمهن الصغير ، عالم القيل والقال ، أما الحوادث التى تقرر مصير الانسانية فهى عندهن من التفاهة بمكان !

قلوب

لا ٠٠٠ لا اصدق ما تقولينه فى هؤلاء السيدات ٠ فقد شاهدت اكثر من واحدة تتصفح جريدة زوجها الصباحية لتبحث عن باب (أين تذهب هذا المساء) ولتقرأ بعد ذلك اعمدة الوفيات واخبار المجتمع ٠ انه لا شك مجهود يشكرون عليه ! ولكن الاذهى من ذلك ان هناك متعلمات ومتعلمين لا يقرؤون الصحف الا لما ولا يطالعون الكتب الا نادرا ٠٠ هناك بعض خريجي وخريجات الجامعة قد طلقوا القراءة طلاقا باننا مكتفين بما حصلوه من علم ومعرفة ايام الدراسة . خليل صابات



KOSMETIK

مستحضرات التجميل للحلايب !
كوزميتيك
المعرض الصناعى للجمهوريه الالمانيه الديمقراطيه
بالمشاهرة

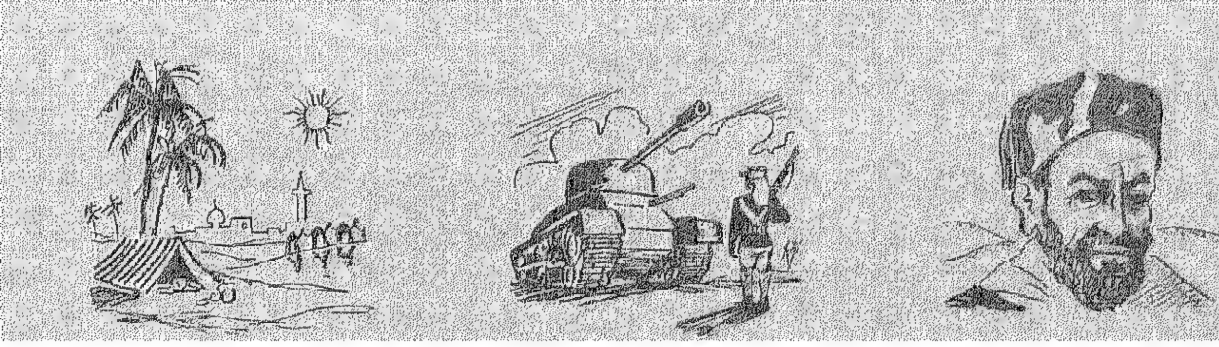
من ١٠ الى ٣٠ مارس ١٩٥٤

DIA
Chemie

DEUTSCHER INNEN- UND AUSSENHANDEL
CHEMIE

BERLIN C2, SCHICKLERSTRASSE 8.7

بمخفى معلوماتك التاريخية



٣ - ما اسم الولاية التي يتركز فيها الإيطاليون في ليبيا ؟
أ - فزان •
ب - طرابلس •
ج - برقة •

٢ - ما اسم الدولة التي تسيطر على ولاية فزان في مملكة ليبيا ؟
أ - إنجلترا •
ب - أمريكا •
ج - فرنسا •

١ - ما اسم أهم طائفة دينية في المملكة الليبية ؟
أ - السنوسية •
ب - الباطنية •
ج - الاسماعيلية •

لا داعي لأن نقاسي

قرأت خبراً في إحدى مجلاتنا الأسبوعية هذا نصه: كتبت سيدة أمريكية لأحدى الصحف تقترح أن تفرض السلطات بطريقة ما ضريبة معينة على الأشخاص الذين

الوقوف في وجه هذا التيار، وأن الحكمة كل الحكمة في السير مع هذا التيار، وأن النجاح كل النجاح هو إدراك هذه الحقيقة الخالدة ...

ولكننا نعود فنقول أن قلة من الناس هي التي تفهم أنه مهما طال المطاف فلا مناص من الوصول إلى هذه الحقيقة في آخر الشوط ... وقد يقول قائل: ولماذا إذن هذه الاختراعات الكثيرة؟ لماذا ولماذا؟؟ إلخ ...

وسنرد عليه بأن كلامنا ليس معناه أن يقف العقل البشري والمجهود الانساني عن العمل والانتاج لأن تيار الحياة لا يمكن أن يقبل هذا الوقوف وأنه دائب في سيره إلى الامام ومجرد الاندفاع معه في طريقه يستلزم الجهد والتعب ولذا فلا بد من العمل ولا بد من الانتاج •

ان ما أريد أن أصل اليه هو ان العمل فريضة من فرائض الوجود وان التعب أصل من أصول الحياة فما دامت هناك حياة فلا بد

يطلعون على الناس بوجوه غابسة متجهمة دائماً فهي ترى أن هؤلاء الاشخاص - من الجنسين - يتسببون سواء أكانوا يريدون ذلك أم لا يريدون في تعطيل حركة الانتاج القومي العام، ولذا بمضايقتهم لغيرهم، ولذا يجب أن يدفعوا ثمن ذلك • والخبر فيه طرافة، ولكن إلى جانب هذه الطرافة نجد فلسفة، وفلسفة عميقة اذا أمعنا التفكير فيه والتأمل في كل معنى يمكن أن تحويه ألفاظه •

أن مشاغل الحياة قد كثرت في عصرنا هذا حتى لم يعد هناك انسان يستطيع أن يقول ان وقته يمكن أن يكفيها • وما من فرد يقابله الانسان الا وهو في عجلة وسباق عنيف مع الزمن بينما الحقيقة هي أنه مهما أجهد نفسه فلن يستطيع أبداً أن يفوز في هذا السباق •

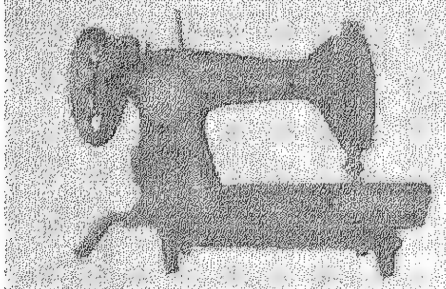
الجوهر الاكبر الذي تلف حوله الحياة وتدور يقول انه ليس بالامكان سبق تيار الحياة، كما أنه ليس بالامكان



نصيحتي اليك...

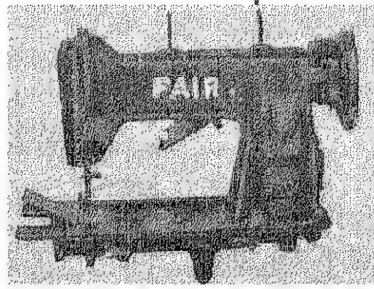
سيدتي

الخيطة الحديثة «فير FAIR» التي تشتغل البرودريه أوتوماتيكيا بدون قطعة غيار علاوة على جميع أشغال



الخيطة بسهولة زائدة . وقد لاقت هذه الماكينة أكبر نجاح في الولايات المتحدة الأمريكية وهي معروضة حاليا في السوق المصرية بأسعار توفر لك ثلث ما تدفعينه لو ذهبت فوراً وبلا تفكير أو مقارنة لشراء أية ماكينة من الماركات المسيطرة على عقولنا بلا سبب ان «فير» أجود وأوفر وأفخم ماكينات الخيطة المنزلية وهي معروضة الان بالقاهرة لدى :

ان كنت تدققين وتقارنين في مشتراواتك من الملابس والجوارب والاحذية وما اليها مع كونها تستهلك في موسم أو عام على أكثر تقدير ، فالاجدر بك أن تضاعفي التدقيق والمقارنة عندما تقدمين على شراء الاشياء التي ستعيش معك طوال العمر . ففي كل يوم تستحدث في ميدان الصناعة ابتكارات جديدة كلها تهدف الى راحة المشتري واجتنابه ، وبديهي أن أول مستلزمات كل بيت



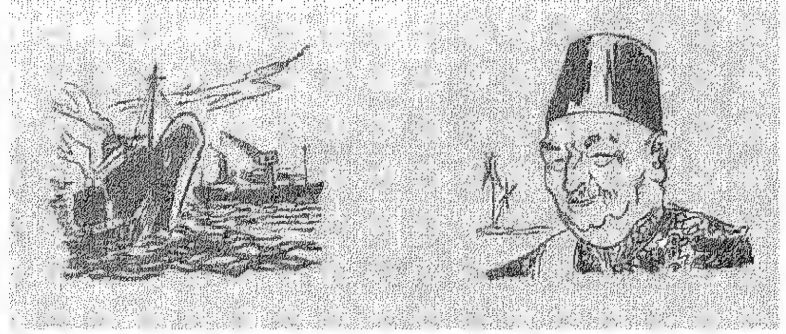
ماكينة خياطة على أهبة الاستعداد . ان الخبراء ما برحوا يبذلون كل ما في وسعهم حتى قدموا ماكينة

معرض فير: ٤٤ شارع القصر العيني بجوار دار الحكمة الشركة المتحدة للهندسة « أحمد محسن وشركاه » ٢ شارع شريف عمارة اللواء بالقاهرة

في اتحاد بنت النيل



زارت اخيرا السيدة تحية كاريوكا دار اتحاد بنت النيل وترى في الصورة وحولها السيدة حرم الاستاذ محمد عبد القادر حمزة والدكتورة ذرية شفيق وحرم الاستاذ مصطفى الفلكي والسيدة سميرة شكرى



٥ - ما اسم اهم ميناء على طول ساحل مملكة ليبيا ؟
ا - طرابلس .
ب - بنغازي .
ج - طبرق .
الاجابة ص ٦٤

٤ - ما اسم رئيس الوزراء المصري الذي تنازل عن « جقبوب » لايطاليا ؟
ا - النقراشي .
ب - اسماعيل صدقي .
ج - زيور .

ولو استطعت أن تكوني مثلها لنعمت بالسعادة ولاستمتعت بالحياة التي يصورها الناس قبيحة متعبة بينما هي في الواقع جميلة طلقة متفتحة لمن يفتح قلبه وأساريه لها .
والان ما رأيك في اقتراح بسيط ندعوك الى تنفيذه ونشره بين صديقاتك وقريباتك ومعارفك !

ما رأيك في أن تفرضي على نفسك أولا ثم على كل المحيطين بك ثانية ضريبة بسيطة أو غرامة قافهة هي نصف قرش عن كل تكشيرة في غير موضعها . . . ومارأيك في جميع حصيلة هذه الضريبة أو الغرامة في « حصالة » صغيرة واستخدامها نهاية كل شهر أو أسبوع في الترويح على النفس بالذهاب الى السينما، أو التنزه في حديقة من حدائق الملاهي وما الى ذلك من ألوان الترفيه . . .

اننا ندعوك الى الاخذ بهذا الاقتراح وتنفيذه ثم الكتابة لنا بالنتيجة بعد شهر أو شهرين . . . ونحن في الانتظار .

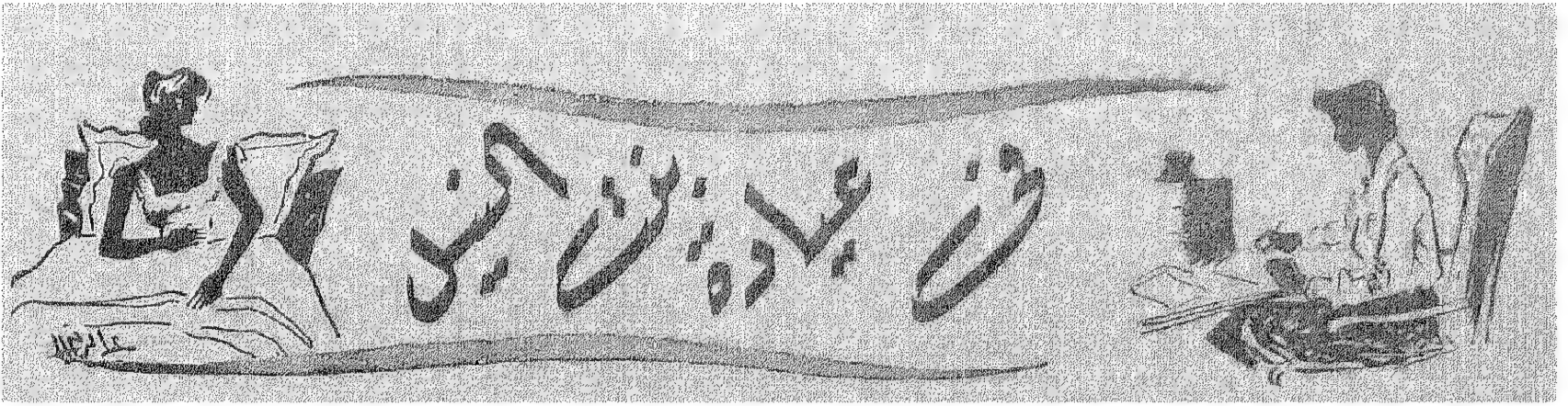
٠ خ ٠

من العمل والموت وحده هو الذي يضع حدا للعمل . . . وعلى هذا فلا داعي أبدا لان تعبسي يا سيدتي وأنت تعملين ولا داعي أبدا لان تلقى زوجك وأبناءك وزميلاتك صباح كل يوم « والتكشيرة » التقليدية منطبعة على أساريك . . . ولا داعي أبدا لان تعتقدي أن العمل من لوازمه هذه « التكشيرة » العابسة وهذا الجو الخانق المثير للاعصاب المقبض للنفس الذي تثيره هذه التكشيرة . . .

ان العمل هو الحياة فاذا كنت مقتنعة بأنك حية وراغبة في الاستمرار في الحياة فلا بد لك من لقاء الدنيا بوجه آخر غير هذا الوجه العابس وأساريسر باسمه ضاحكة فيها حركة الحياة واندفاع الزمن . . .

اننا نؤيد هذه السيدة الأمريكية التي اقترحت على السلطات أن تفرض على الاشخاص الذين يطلعون على الناس بوجوه عابسة ضريبة معينة . . .

فهذه السيدة تفهم الحياة ولا شك، وتذكر كنه الوجود بلا ريب . . .



دراسة عن تحديد النسل

للدكتور مصطفى الديواني

كبرى، وإن التفسير في ارشاد الناس الى طرق تحديده جريمة لا تغتفر . فيجب أن نقف في وسط الطريق . لا اباحية ولا تزمت بل انشاد لما فيه المصلحة . فالزوج المثقف محدود الدخل تفرعه كثرة الاولاد ويود لو أرشده المتخصص الى وسيلة لتحديد الذرية ، وتتغلب عليه غريزة حب النفس فيختار من الطرق

شغل موضوع تحديد النسل أذهان المجتمع أخيرا وتضاربت آراء رجال الدين ورجال الاجتماع حول سلامة الدعوة الى تحديد النسل في حرم الدين فيه قتل . انتهى حرم الله قتلها الا بالحق . وفي وسط هذا المعضن يمكن الخروج بنظرية بسيطة سليمة وهي ان الاكثار من النسل في بلد فقير محدود الموارد جريمة اجتماعية

يبر الزوج زوجته وأن يتقى الله في صحتها وعافيتها .

واياك يا سيدي وما يسمونه « الفترة الامينة » أي ما يعتقد الكثيرون من أن الحمل لا يحدث خلال أيام معينة من الشهر ، فيقولون مثلا انه لا داعي لاستعمال موانع الحمل قبل الطمث الشهري أو بعده بأسبوع . أو أثناء الرضاعة من الثدي، فتهمل الام في الاحتياط على أنها لن تحمل ما دامت ترضع طفلها ، وكم من حوادث حمل حصلت في هذه الفترات الامينة . بل قد يحدث الحمل أثناء أيام العادة الشهرية نفسها .

فلا تعتمد يا سيدي على الاعتماد كله على الاقراص واللبوسات والغسولات المهبلية ، وضعى نصب عينيك انه ليست هناك فترة امينة، بل انك عرضة للحمل في أي يوم من أيام الشهر بما في ذلك أيام العادة الشهرية .

دكتور مصطفى الديواني

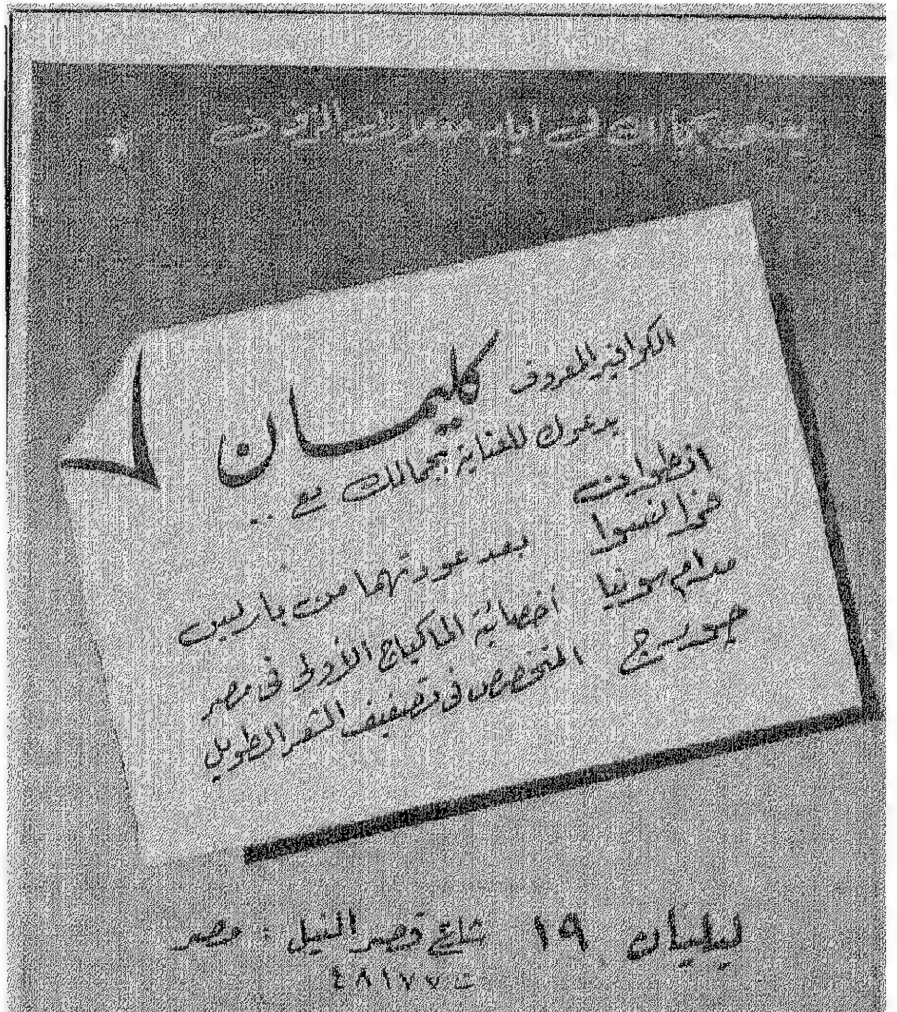
ما لا يتعارض مع ارواء غريزته الجنسية حتى الشمالة فيلقى العيب على الزوجة المسكينة لتستشير طبيبها ليصف لها لبوسا أو غسلا مهلبيا ، تستعمله وهي خائفة جزعة لان نتيجتها غير مضمونة وخطر الحمل معها كبير . فتضطرب في معظم الحالات اذا وقعت الواقعة وحدث الحمل أن تلجأ الى اجهاض نفسها معرضة حياتها للخطر أو تستمر في الحمل تسعة أشهر طوال تقاسى فيها الامرين حتى تلفظ جنينها في ومن رأيي أن أحسن الوسائل لمنع الحمل هي التي يستعملها الرجل ، ولكنه في الغالب تنقلب عليه الانانية ويفرض استعمال أي وسيلة تقطع عليه تيار متعته، مع أنه يجب أن يعلم أن الحياة الزوجية أساسها تبادل التضحية والمنفعة ، فيوم عليه ويوم على الزوجة ، والله يحب كل تعاون على البر والتقوى وهل هناك بر أكثر من أن

إتسانك يا سيدتي

لطبيب بنت النيل

ولا يساورك الخوف من صعوبة بتحقيق هذا الامل الخلاب . فما عليك الا أن تعتنى بأسنانك عناية يومية كما يعتنى بها الجميع : ١ - تخيري فرشيتين للأسنان على شرط أن تكونا

لكي تكوني ساحرة، يجب أن تكوني جميلة لطيفة ، ولن تكوني جميلة لطيفة الا اذا عرفت كيف تبشمين . ومعنى الابتسام هي أن تفرجي عن أسنان لؤلؤية ناصعة بشفتين حلوتين جميلتي الرسم والتكوين .



لحاملة هذا الاعلان خصم ٥٠ ٪ / للبرماننت والصبغة

بساطة السرور



والسرور، يبرهن على أن بوسع
دواء واحد أن يقوم بخدمة
متعددة، فهو يحارب جسم البرد
المبتدئ، القشعرية، الانفلونزا
أو الألم ببساطة مدققة، كما يدعم المقاومة
البشرية لهذه الأمراض الصغيرة ويعين الطبيعة
على تجميع قوتها النافعة
كلها لتوفير الصحة.

السرور معناه
برد أفضل
وصحة أفضل
لجميع

أصابني من مدة اسبوع تقريبا زكام كاد
يمنعني عن العمل في محلي فاشترت بعض اقراص من
اسبرو فشعرت بالراحة التامة بعدد تعاطي اول قرص
من اسبرو وقد اصبحت في صحة جيدة
مصطفى محمد

خرجت لزيارة المقابر في اليوم الاول من العيد
وقد شعرت بعد عودتي الى المنزل بركام شديد جعلني
في اشد الألم وتصادف ذهاني الى احد اصدقائي المهتمين
بالعبد وقد لاحظ على شدة التآلم فصحني باستعمال
اقراص اسبرو وفعلا قت باستعمالها وما هي الا بضع
ساعات حتى شعرت بتحسن وضاع عني هذا الألم

كيف تقضي
السرور
للأطفال

طريقة استعمال اسبرو للأطفال
الركوب : ان يوضع مع قليل من اللبن
والثانية : تكسر قطعة صغيرة وتوضع مع اللبن
والمتابعة كالآتي :
الأطفال من ٣ - ٦ سنوات ٦ قرص
وعليه من ٦ - ١٤ سنة ١٤ قرص
ومن ١٤ - ١٨ سنة ١٨ قرص
والأطفال أقل من ٣ سنوات لا تعاطوا الا بإشراف الطبيب

الأسعار في مصر
٤ أقراص ١ قرص صاغ
٢٧ قرصا ٦ قرص صاغ
الوكلاء : ر.ج. ب. شريان وشركاه
٣ شارع بنك مصر القاهرة برت ٧٨٦١

373 محمد عبد الحميد ASPRO
لا يضرك القلب
ولا المعدة

اشتراكات مجلة بنت النيل
١٠٠ الاشتراك السنوي في مصر والسودان
١٥٠ الاشتراك السنوي في البلاد العربية
٢٠٠ الاشتراك السنوي في الخارج (أو ما يعادلها)

وقاية ضد تسويس الاسنان
فاذا ما أحسست ألم في
أسنانك فبادري بزيارة
طبيب الاسنان حالا .
وعليك أن تعلمي أن طب
الاسنان قد تقدم في هذه
الايام تقدما كبيرا ، فلا آلام
في أية عملية ، وهناك
أسنان ذهب أو صلب قد لا
يناسب قسما فمك أو
وجهك .
٦ - عليك باستشارة
طبيب الاسنان مرتين في
العام على الأقل لفحص
أسنانك فحسا كاملا . وهذه
فرصة جميلة ليقوم طبيبك
بتنظيف دقيق شامل .
٧ - وعليك أخيرا بمراقبة
أسنان أطفالك ، فقد لا تنمو
واحدة ، أو تقع واحدة ، أو
تسود ، وبادري بالعلاج
السريع فانهم سيدينون لك
لذلك بفضيل كبير ،
سيقدرون لك فيما بعد .

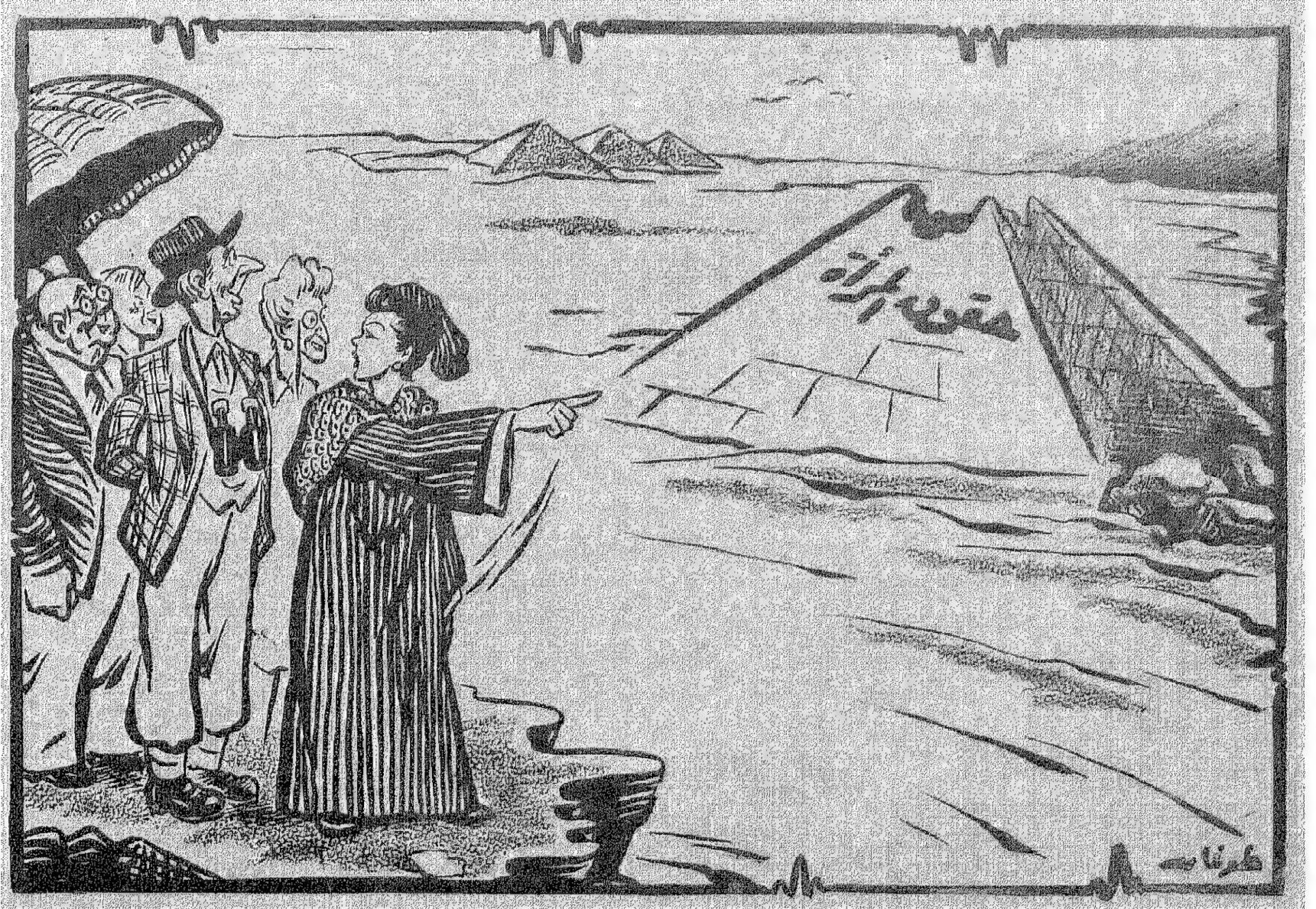
خشنتين . وهكذا تبقى
احدهما جافة دائما .
٢ - استعملي معجوننا من
صنف جيد وكفى . ولن
يساعدك في اختيار المعجون
الا طبيب الاسنان الخاص ،
فهو يعرف ان كل أنواع
المعاجين طبية، ولكنه سيحدد
منها النوع الذي يلائم أسنانك
ولثتك .
٣ - تفريش لاسنان
يجب أن يكون رأسيا، وليس
أفقيا ، وهذه غلطة شائعة
عند لجميع .
٤ - لا تهتمي كثيرا ببعض
نقط من الدم قد تنساقط من
اللثة من فرط تفريشها فانها
قد تكون غير متعوده هذا
الاحتكاك المتعب ، ومن ثم
سيصبح الامر طبيعيا
وستعودان - دون دماء -
هذا العلاج .
٥ - عليك بمضغ الطعام
مضغا جيدا ، فهذا هو خير

عيادة بنت النيل تعالجك مجانا

يصعب أحيانا على طبيب بنت النيل تشخيص المرض
بالمراسلة ، حيث ان كثيرا من الحالات تستوجب فحص
المريض . وطبيب بنت النيل على أتم استعداد لتقديم
خدماته مجانا لقارئات المجلة . اكتبى لنا عما تشكين
لنعرضه عليه في أول فرصة ويحدد لك موعدا ان
كانت الحاجة تستلزم ذلك .

تأمين العمل للاجئي فلسطين واسمها
يدل ولاشك على أغراضها العظيمة
لايجاد أعمال شريفة للاجئات وللاجئي
فلسطين وهذه الجمعية تضم أقساما
لتعليم الاطفال وتدريب الفتيات
على المهن النسائية وجمعية اقالة
العائرات وهي جمعية خيرية تسعى
لأنقاذ العائرات . وهناك تسع
جمعيات أخرى منتشرة في لبنان
تجمعها رابطة جمعيات الاحياء
النسائية .
ومن ذلك يتضح لنا مدى اهتمام
المرأة اللبنانية برسالتها نحو
العمل على الارتقاء بمستوى
مجتمعها ونشر الخير والصالح
فيه . . وهذا ولا شك طابع المرأة
المشجورة المتقدمة . .

صور من النشاط الاجتماعي
(بقية النشور ص ٧)
ومن صور نشاط حرم الرئيس
اللبناني تقدم هذه الصورة لاحدى
المؤسسات الاجتماعية التي ترعاها
فقد وجدنا ان عدد هذه المؤسسات
من الكثرة بحيث لا نستطيع نقلها
جميعا هنا ولذلك فسكتفى بالإشارة
اليها، فمنها جمعية العناية بالطفل،
وجمعية رعاية الطفل اللبناني
والجمعية النسائية نخلية الملك
سعود الاجتماعية ببيروت وهي تقوم
بالدور الذي تقوم به بنت النيل
في مصر لمكافحة الأمية بين النساء
اللواتي فاتهن سن التعليم وجمعية



اختارت مصلحة السياحة عددا من الفتيات لمرافقة السياح الاجانب اثناء زيارتهم لمصر
الترجمانة - والهرم ده فاضل فيه شويه •• لكن السنة اللي جاية تيجو تلاقوه خلص ••

الثامنة شتاء والساعة
السابعة صيفا والا جوزي
بدفع « بنى » واحد •

وكان هذا الاقطاعي يخصم
هذه الغرامات من أجور خدمه
كل ثلاثة أشهر ويوزع المبلغ
المتجمع على الفقراء والمحتاجين
من أهل الناحية •

وكان من عادة الخدم أو
من الواجب عليهم اذا ما جلس
سيد البيت الى مائدة الطعام
أن يخف أحدهم اليه ويعلق
حول عنقه الفوطة • وكان على
خادم آخر أن يعد المسائدة
فيضع الملح والخبز وأدوات
الاكل المختلفة • وأن قصرت
الخدمة في أداء واجبهما
ضربت بالعصا ضربا مبرحا !

زرقاء اليمامة

الايمان والا جوزي بدفع
غرامة قدرها أربعة بنسات •
وان كسر خادم زجاج نافذة
دفع ثمنها مخصوما من أجره
وان لم يكتشف الخادم الذى
كسر الزجاج دفع رئيس
الخدم ثمنه •

وليس للخادم أن يتغيب
عن مكان عمله في أوقات
العمل والا عرض نفسه
لغرامة قدرها أربعة بنسات •
وان تضارب خادمان فصلا من
عملهما في التو واللحظة وان
تشاتما دفعا اثني عشر بنسا
وليس للخادم أن يمسح
الخادمتين والا كان جزاؤه
خصم أربعة بنسات من أجره
وعلى الخادم أن ينظف قاعة
الاستقبال يوميا في الساعة

« ليس لاي خادم أن يتغيب
أثناء صلاة الصباح أو المساء
والا عرض نفسه في حالة
عدم قبول عذره لغرامة قدرها
« بنى » واحد • »

وكان على الخادم ألا يمكث
في فراشه الى ما بعد الساعة
السادسة صباحا والا يكون
خارجا عنه بعد الساعة
العاشرة مساء ان كان الوقت
صيفا • أما ان كان الوقت
شتاء فكان عليه ألا يظل في
فراشه بعد الساعة صباحا
ولا خارجة بعد الساعة التاسعة
مساء بدون عذر مقبول والا
اضطر أن يدفع غرامة قدرها
بنسان • وكان ينبغي على
الخادم أيضا ألا يعلم الاطفال
القبائح والشبهات وحلف



كان الانجليز في القرن
السادس عشر يسيئون معاملة
خدمهم ، وقد قرأت لك كتابا
صدر أخيرا يصف الحياة
اليومية لهذا الشعب في ذلك
العصر ، اقتطف منه قانونا
وضعه أحد الاقطاعيين لتأديب
خدمه جاء فيه :

الجمال في ٢٠ ثانية..!

هذا كل ما في الامر
ان ضباب البودرة حتى
اذا كان موصوفاً في الامكان
الاستغناء عنه ، لان البشرة
على حالها ستأخذ مظهرها
الطبيعي وتبدو في نعومة
الساتان
حقاً انها ثورة في عالم
الماكياج !

في استطاعة كل سيدة ،
حتى التي تعوزها الخبرة ،
ان تنجح في وضع ماكياجها
منذ الوهلة الاولى
فعمشرون ثانية فقط تكون
كافية لوضع بضعة لمسات
خفيفة على الجبهة والانف
والخددين والذقن ثم تفرش
وتمسح ببساطة على الوجه
كله . بعد ذلك ، ما قولكن

ان النجوم في هوليوود
اصبحن الآن يخرجن
مبكرات ساعة قبل مواعيدهن
العادي من الاستوديو ، بعد
الانتهاء من ادوارهن
ولما سئلت عن ذلك كل
من آفا جاردنر وسيلفيا
سيدنى ومارجرين لندساي
وجاوريا جراهام وجاننى
جرانت ومارجريت شيمان ،
اجبن مؤكدات بان الباعث
للخروج من العمل بهذه
السرعة لم يكن قط من
التهاون او التعب بل كان
فى الواقع من عدم احتياجهن
الى التأخر بسبب ازالة
ماكياجهن او اعادة وضعه .
ذلك لان بقاءهن تحت
انوار المصاييح الكاشفة
وانتقالهن الى الخارج تحت
اشعة الشمس القوية لم
يعد لهما اى تأثير على
ماكياجهن ما دمن يستعملن
- بان ستيك - ذلك الماكياج
الحديث العجيب الذى احدث
ثورة هائلة في هوليوود
مالبت ان اجتاحت الى فرنسا
باسرها حتى وصلت الآن الى
ويمتاز هذا الماكياج -
كريم - بما يشتمل عليه من
الوان طبيعية متعددة («بان»)
هى مختصر كلمة
بانكروماتيك (لا يتأثر اى
لون منها بفعل الاضاءة مهما
اختلف نوعها . اما طريقة
تركيبه التي تشبه في الشكل
قلم الروج (ومن ثم جاءت
كلمة ستيك) فهي تتألف من
حافطة لها غطاء وبأسفلها
قلاوظ يجعلها سهلة
الاستعمال . ودائماً في
متناول اليد، داخل الشنطة،
بحيث ان عشر ثوان تكفى
لعمل الروش ، وعشرين
ثانية لوضع ماكياج كامل .
جمال ساحر في ظرف
عشرين ثانية ! ما راىكن
في ذلك يا سيداتى ؟ انتن
يا من يتعرضن كل صباح ،
لخطر الوصول الى العمل
متأخرات !
ليكن ما قالته السيدات
اللواتى قد سبقن في تجربة
البان ستيك ...

لقد وصل أخيراً...
بان ستيك
Pan-Stick

الماكياج كريم المدهشت الذى لم

تستعاضى مثله من قبل !

ابنكر خدشنا للزواكب السيماء واللب

ماكس فاكتر هوليوود

Max Factor Hollywood

من سبعة ألوان بأربعة ألوان لون بشرتك !

٦٤

ديكور اكتر
كريم فيلم م. ج. م. المود
تصميم الاميرة
بسمامه

والآن ... اليك يا سيدتى ... أحدث طريقه بانكرك
في هوليوود لتكتسب في المالك جمالاً لا يهزأ به ... وانما
«بان ستيك» ، ماكياج - كريم الجديد ... انقلاب ثوري
في عالم الماكياج وهو كواكب النفاق لاخر الفناء ...
سوف تبدون ملامحكم بضرة وكأنيك ولدت من جديد وستعبرين
بان ستيك كما اكتسبت طراوة فائقة ونعومة لا تقاوم ...
وطريقه استعمال «بان ستيك» ، في غاية السهولة وتتمتع
عملية الماكياج بسرعة ... فبان ستيك خفيف يدوم طويلاً ومثبت
وستبقيين دائماً ... وهو مختلف اختلافاً تاماً عن كل الماكياج
الماكياج التي استعملها من قبل ...
سوف تغيرين به من اول مرة

* بان ستيك علامة مسجلة
هو الماكياج كريم - ماكس فاكتر هوليوود

سهل الاستعمال كاحمر شفاه !

يباع في جميع المحلات الكبرى ومحازر الادوية والميدليات ومحلات العطور

الموزعون : ناديكوا الشركة الاهلية للتوكيل والنوزيع

فيستادشركاه ش.ب.ت. ١٠ القاهرة .س.ت ٣٣١٣

كيف تبرز في جمال ثوبك؟

لا يكفي أن يكون الثوب جميلاً • ولا يكفي أن تكوني أنت جميلة • بل يجب أولاً وقبل كل شيء أن تعرفي كيف تقفين وكيف تمشين وكيف تجلسين لتبرزين محاسن ثوبك



هل تريدین بهدلة ثوبك ؟ قلتي
اذن هذه الوقفة • انها تخفي
جمال هذا الثوب وتبرز بطنك
ايالك اذن وهذه الوقفة



ما هذه الجلسة المضحكة ، انك لم تعودى فتاة
في العاشرة من عمرها • ان مصممة هذا الثوب
سوف تبكي حين ترى فستانك بهذا الوضع



هكذا وقفت هذه الحسنة ليبدو ثوبها
جميلاً • ان الوقفة المصطنعة تفسد كثيراً
من جمال ثوبك مهما تبلغ مهارة خاتمة





والأيام التالية

فرصتكم السنوية الوحيدة
حيث تفضلت

المراسم عليك

مؤسسة بنك مصر الكبرى

بفروعها بالقاهرة وجميع عواصم ومدن القطر

أكبر خصمة في الأسعار

اقرأ قائمة الأسعار ..

.. وشاهدوا إجهاد محلاتنا

شركة بيع المصنوعات المصرية
المركز الرئيسي: ٢ شارع فؤاد الأول بالقاهرة ١٥٨
وفروعها: بالقاهرة وجميع عواصم ومدن القطر



لماذا تقفين هكذا ؟ انك تفسدين شكل
الثوب الذي ترتدينه . اعدى ساقك
البسرى وانزلى يدك ليعود الى ثوبك
رونقه



انها بلا شك مريحة تلك الجلسة التي
تجلسينها لكنها سوف تقلب شكل
فستانك رأسا على عقب .

أ... ب... الجمل



ليس هناك أسهل وأصعب من عمل ماكياج يظهر الوجه على طبيعته ودون أن تكون صاحبتة في حاجة الى تجديد هذا الماكياج كل ساعة من ساعات النهار ليظل الوجه محتفظا برواقه .

وان أول شرط من شروط التجميل الصحيح هو أن نختار مستحضراته من أعلى صنف . الا أن هذه المستحضرات مهما تبلغ من حدود الكمال فانها لا تأتي بفائدتها كاملة الا اذا كانت البشرة سليمة .

لذا وجب علينا تخلص البشرة من كل جسم غريب ولا يتأتى هذا الا اذا كلفنا احدى اخصائيات التجميل بالعناية بها بين الحين والاخر . فقد اكتشفت طرق حديثة للعناية بالبشرة واعادة شبابها اليها .



في هذه الحالة سيبدو أقل طولا . أما ان كان وجهك مستديرا فما عليك الا بوضع الاحمر الوردى من السالفين الى ثلثي الوجه فيبدو أقل استدارة .

وان كان الخدان داخلان فاياك ان تضعى ماكياج فى هذا الفراغ بل ضعيه على الجزء البارز من الخد . واحرصى دائما على أن تبرزى شخصيتك والا تمحى طابعك الذى يميز جمالك وشكلك عن غيرهما .

وغالبا ماتكون قاعدة الماكياج كريما أو لوسيونا خاصا . ويكفى أن نختار لكل بشرة النوع الذى يلائمها . لا ترتكبي هذا الخطأ الشائع الا وهو الغاء كريم الجمال بحجة ان البشرة دهنية . ان كل ما عليك فى هذه الحالة هو أن تضعى كريما خاصا يدخل تركيبه الكافور وان كانت بشرتك معرضة لبروز الشعيرات الدموية الحمراء والزرقاء فيها فلا بد من استعمال كريم مناسب يصفه الطبيب المعالج أو معهد التجميل الذى تترددين عليه .

ان كريم القاعدة هذا يجب دهن البشرة به وتجفيفه خفيفا بواسطة ورق المص الخاص . أما الكريمات الملونة فانها توضع بعناية تامة على الوجه والعنق دون أى تمييز .

ان خديك سوف يتوردان بالكريم لا بمسحوق جاف ليظل أطول مدة ممكنة . ان النصف الثانى من القرن العشرين لم يعد يحتمل المرأة التى تمضى نصف يومها أمام المرأة . اننا فى عصر السرعة .

ويجب علينا دائما قبل عمل الماكياج مباشرة أن ننظف البشرة بلبن خاص يهدى ويريح عضلات الوجه وان نغير القطنية كلما اتسخت الى ان تصير بيضاء اللون . ومن ذلك يتضح ان الماكياج لا يؤدى رسالته الا اذا كانت البشرة خالية تماما من كل عيب .

وعلىنا بعد ذلك أن نعرف مدى التغير الذى يصيبنا من جراء استعمال الماكياج . ونقدم مثلا لذلك ممثلى وممثلات السينما . فان فى استطاعة الماكياج أى الشخص المكلف بعمل الماكياج جعل الجميل قبيحا والقبيح جميلا . وهكذا نرى أن فى إمكاننا لو عرفنا كيف نستخدم الماكياج على أصوله ، ان نخفى عيوب وجهنا ونزيد محاسنه .

وأول ما نشير به عليك أن لاتطلى شفتيك ان كانتا دقيقتين ضعى الاحمر بحيث يملأ ويغطي على الجزء الاوسط . وان كان وجهك مطاولا يجب أن تضعى أحمر الخدين فى وسط الخد ومدة الى أعلى الى أن يلامس منابت الشعر . ان وجهك



والآن وقد انتهيت من وضع أحمر الحدين عليك بوضع البودرة • رشي وجهك كله بالبودرة حتى شفتيك • ان البودرة المصنوعة من الريش أفضل من تلك التي تصنع من الصوف • كذلك استعملي لون البودرة الذي يناسب لون بشرتك • أزيل البودرة الزائدة من على وجهك بالفرشاة الحيرية الخاصة •

وصل المعجون الأخضر (بالكاور وفيل) وكذلك الأحمر.. كما وصل الحجم الصغير ١٨٥. علامة على المعجون في ١ ٣٠
* المعجون الوحيد الحالي

ارسمي الآن شفتيك دون بلهما مستعملة احمر دسما ينسجم تمام الانسجام مع أحمر الحدين ودهان الاظافر • اتبعي شكل فمك الطبيعي • لا تثقلي شفتيك بالاحمر • احترسي من الاحمر الجاف فانه لا يصلح الا للبشرات الدسمة • وهناك اقلام خاصة تستخدم في رسم محيط الشفة قبل تلوينها • وتوجد ايضا الريشة التي تشبه تلك التي يستعملها الرسامون • الا اننا نفضل لك أصبع الاحمر العادي بغطائه الذي يحفظه من الغبار والميكروبات •

وقد درجت السيدات في الآونة الاخيرة على رسم اجفانهن بالقلم مبالغ في الاهتمام بماكياج عيونهن • فان كنت من اللواتي يملن الى هذا النوع من الماكياج يجب عليك أن تختاري لهذا الغرض لونا لا يلفت النظر بحيث يتفق مع لون ما تلبسين من ثياب • وانت تخطئين فيما لو استعملت اللون الاخضر على ثوب أحمر أو شريط أزرق •

ونصيحتنا الاخيرة لك هي أن تقومي بهذا الماكياج في غرفة حسنة الاضاءة والا جاء ماكياجك ناقصا •

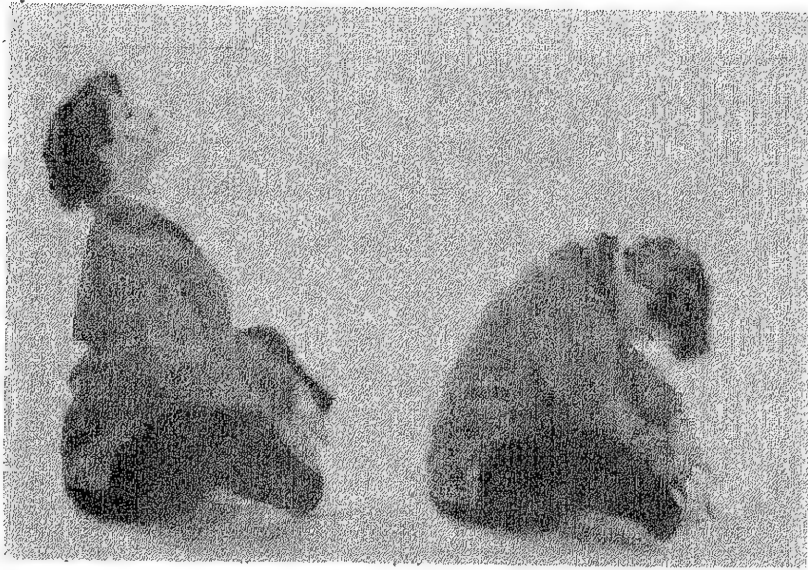


تمارين رياضية تفصيلية لكنه حامل



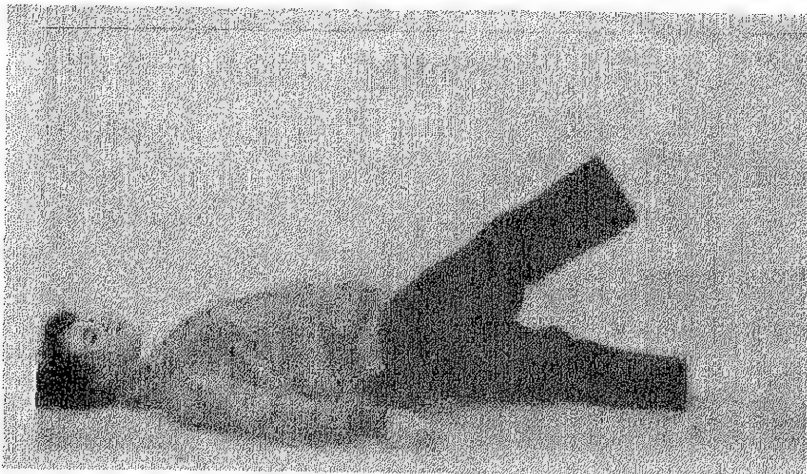
التمرين الاول

اجلسي على حافة كرسي وقدمك متوازيتان . قومي بحركة شهيق مع فتح الفخذين وتغير الظهر . قومي بحركة زفير مع ضم الفخذين ونثني الجسم الى الامام .



التمرين الثاني

اجلسي على الارض مع وضع اسفل القدم اليمنى في مقابل اسفل القدم اليسرى . قومي بحركة شهيق مع تغير الظهر وبعملية زفير مع تقويس الظهر . اجعلي المرفقين بضغظان على الفخذين .



ان هذه التمرينات الرياضية تعد الحامل اعدادا نفسيا وفسولوجيا للوضع وان الحركات التي تجدينها على هذه الصفحة والصفحة المقابلة من وضع الدكتور ج. د. ريد الاخصائي العالمي في الولادة وأمراض النساء وهي تهدف الى تدريب عضلات البطن وتحريك العمود الفقري على الحوض . ولسنا في حاجة الى تنبيهك الى أن هذه التمرينات لا توافق كل جسم وأن عليك ان كنت حاملا أن تستشيري الطبيب في تأديتها .

ان السيدة التي ترين صورتها على هاتين الصفحتين كانت على ثلاثة أسابيع من الوضع وأنت ترين معنا أنها على أتم أهبة للوضع .

تتحكى في قوامك

بأساليب

سويان

برماليفت



يضمن لك

الراحة

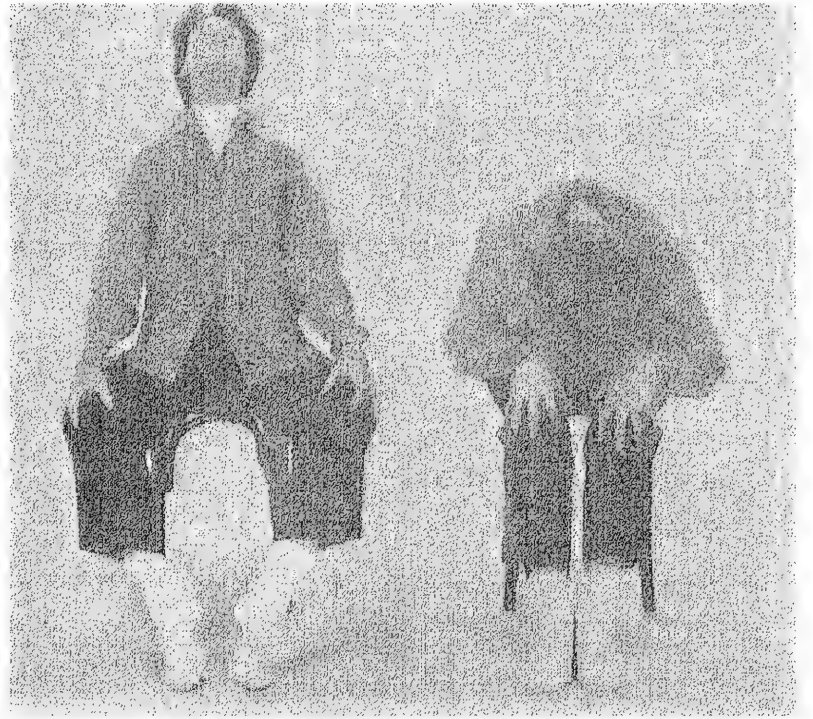
والرشاقة



يباع في المحلات الكبرى

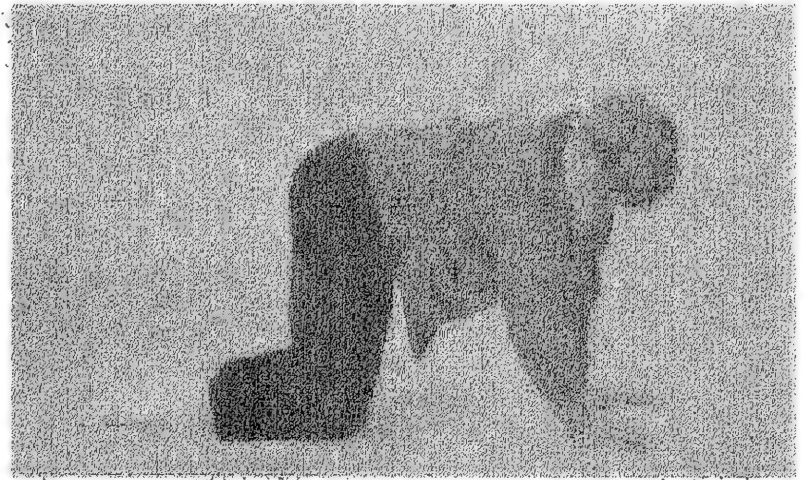
للجمله شركة الجابري

القاهرة : ام شارع ابراهيم بالحيات ٤١١٥٩ - ٥٠٤١٨
المنصورة : ام شارع بنو سنان ٢٧٦٨١



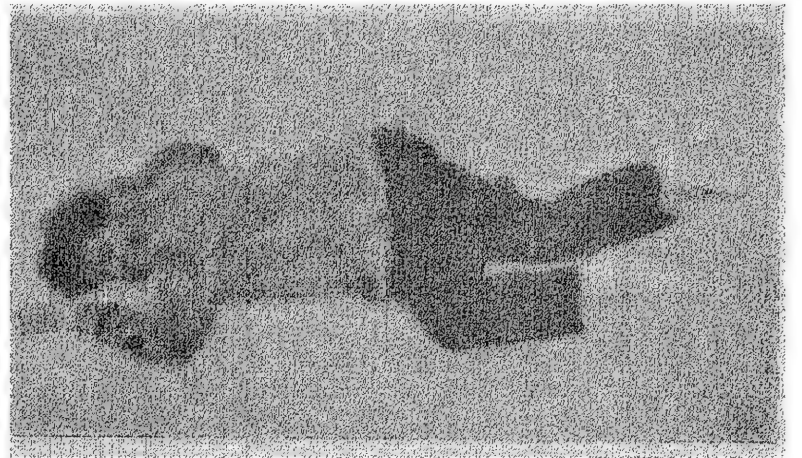
التمرين الثالث

اجعلي الرأس يميل على الصدر ثم يقوم بحركة دائرية من اليسار الى اليمين ومن اليمين الى اليسار ان هذا التمرين يريح الرأس حاولي عند ادارة الرأس جعله يلمس الكتفين والصدر .



التمرين الرابع

ضعي يديك وركبتيك على الأرض كما هو ظاهر في الصورة مع الحرص على جعل الظهر أفقياً . أديري رأسك مع الحوض في وقت واحد وبحيث ينتجه الأول نحو الآخر .



التمرين الخامس

استلقي ثلاثة أرباع استلقاء على جانبك الايمن . وانتي كل وصلة من وصلات جسمك نصف تشبیه ، والافضل ان تضعي وسادة تحت رأسك وثانية تحت الذراع اليسرى . استلقي على جانبك الايسر وضعي الوسائد تحت الذراع الايمن والفخذ الايمن .

باترون بنت النيل ثوب شيميزيه من الصوف الخفيف

نحسب حسابها عند عمل
الباترون

التركيب : اقلى ثنيات

البانسات من قاعدتها فقط

والبانسات كلها . ضعى

العدل على العدل الامام

والظهر . خيطى معا خياطات

الكتف والجانب . ان الجانب

الذى الى اليسار لن يخط

كله لكى يركب فيه سوسته

اعملى فتحة فى وسط الظهر

لكى تضعى ايضا سوستة

اخرى . خيطى اسفل الكم

وضميه بالعدل داخل

الكورساج المقلوب . ضعى

جيذا منتصف الكم فى مقابل

خياطة الكتف . بطنى الياقة

بوضع جزءها الواحد على

الاخر . خيطى من الخارج ،

ركبى بييه صغيرا عند فتحة

الرقبة . اعملى دخلة فى

فتحة رقبة الثوب . خيطى

بعد ذلك نصف الياقة بعد

الثوب . اما الجزء الاخر

الكورساج : الامام (١)

يقص الوسط فى اتجاه

القماش الخلف (٢) يقص

اتجاه القماش فى الوسط

الاكمام : (٣) يقص الوسط

فى اتجاه القماش فى الوسط

الياقة (٤ ، ٤ مكرر) يقص

الوسط فى اتجاه القماش

الجونيلة امام : (٥) يقص

اتجاه القماش فى الوسط

الباندة امام وخلف (٨ ، ٧)

تقص بالورب الكامل

الباسك (٩ ، ٩)

يقص فى اتجاه القماش كما

هو مبين فى الرسم

اعداد الشغل والتفصيل :

ضعى قطع الباترون المختلفة

فى المكان المعد لها على القماش

كما هو مبين بالرسم .

دبسيها وسرجى حول القطع

وفى وسطها والبانسات الخ . .

وعند القص اتركى براجا

للخياطة والاورليه والتي لم



كوبون باترون بنت النيل

هل تريد الحصول على باترون هذا الشيميزيه ؟

تقدمى بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨

شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعد يبدأ فى ٦

مارس سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه .

ملحوظة : وان كانت القارئة خارج القاهرة او

جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على

العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمسة

قروش لتغطية مصاريف البريد . . مع ذكر الاسم

والعنوان بالكامل .

اعلى الى اسفل . ياقة

شيميزيه من البيكة الابيض

يحتاج تفصيله الى ٣ متر

عرض ١٤٠ سم

يتألف باترون هذا الثوب

من تسع قطع ويحتاج الى

قماش طوله ٢٦٠ سم

وعرضه ١٤٠ سم

ان الثوب الذى ترين

صورته امامك يصنع من

قماش الايكوسيه الصوفى

الخفيف . الكورساج مسطح

مقفول من الخلف بسوسته

الجونيلة واسعة اتساعا

خفيفا بباندة موروية فى

اسفلها . باسكات صغيرة

عند الخصر . الازرار من

نحن أيضا عندنا
ماكينة خياطة جميلة
بورليتي



ان كل أسرة - حتى ولو كانت قليلة الدخل - في استطاعتها اليوم أن تقتنى ماكينة خياطة جميلة ماركة « بورليتي » . فلماذا لا تقتنى أنت أيضا ماكينة ياسيدتي العزيزة ؟

ان مشكلة الدفع قد حلت . اذ انه اصبح في استطاعتك الحصول على ماكينة « بورليتي » في أى وقت تشائين وتدفعين ثمنها بكل سهولة . وحين ما تدخل تلك الماكينة بيتك تصبحين من أسعد النساء في العالم .

يا لها من ماكينة خياطة مدهشة ! فانها لا تحدث صوتا ، فضلا على متانتها ودقتها وسهولة استعمالها . . . لقد اختير لونها الاخضر بعد أن ثبت علميا انه يريح النظر . أما عن أناقتها وجمال قاعدتها الخشبية فحدثي ولا حرج .

مضمونة ٢٥ سنة

صمم هذه الماكينة مصنع له خبرة خمسين سنة في الميكانيكا ، البالغة الدقة ، وان « بورليتي » يضمن ماكيناته لخمس وعشرين سنة . وفي مقبدها أن تنفذ أصعب الخياطات بأسهل وأبدع ما يمكن .

“BORLETTI”

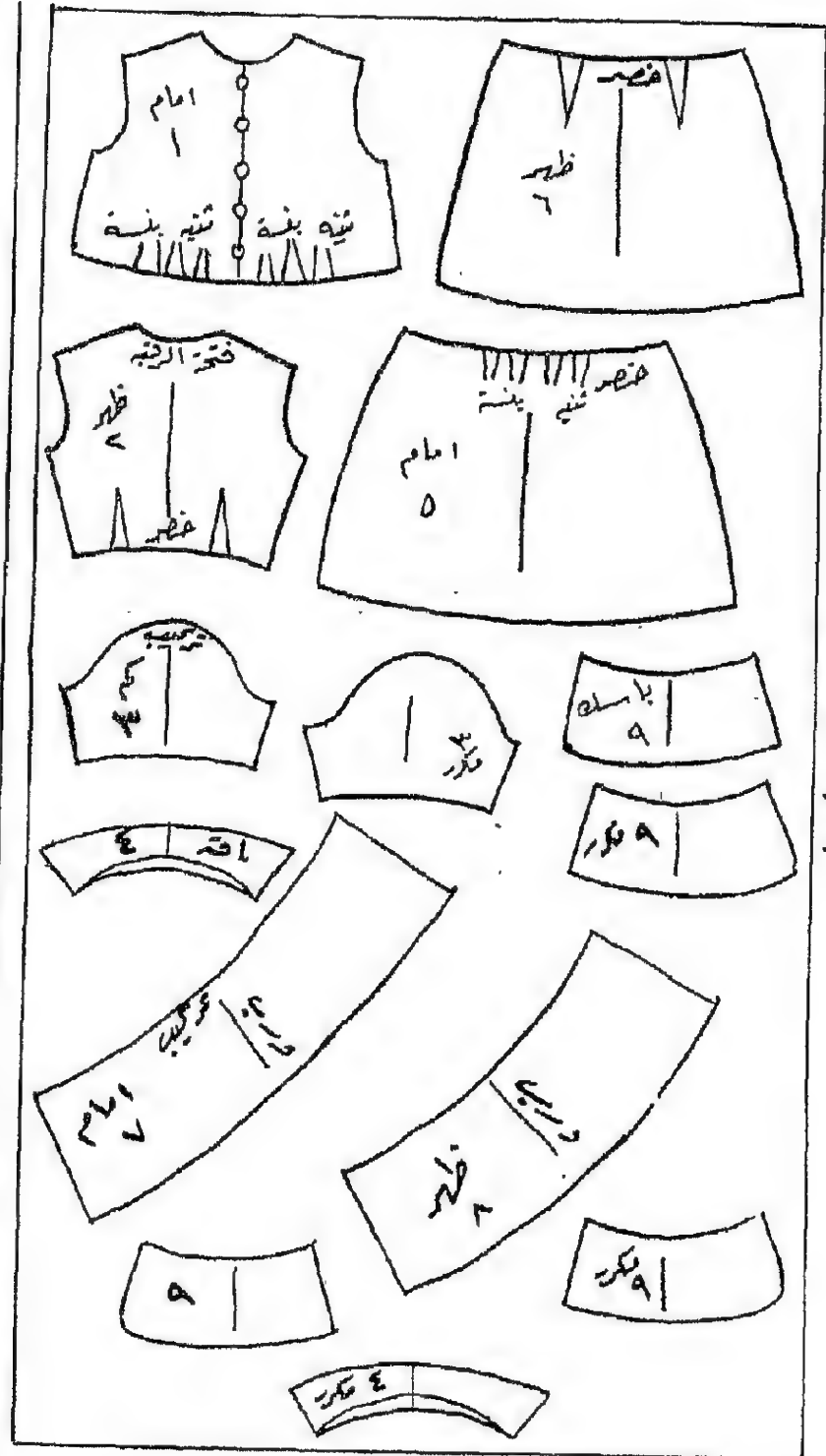
القاهرة : شارع توفيق (عمارة شسل) ت ٢٥٢٠٦
الاسكندرية : ٢٢ شارع سعد زغلول باشا ت ٢٧٨٢٩
س : ٣٩٩٦٤

مجانا كوبون B

أرجو ارسال كتالوج ماكينة « بورليتي » مع البيانات الخاصة بتسهيلات الدفع التي تمنحونها لزبائنكم دون أى ارتباط منى .

الاسم

العنوان



طول ١٦٠ سم

عرض ١٤٠

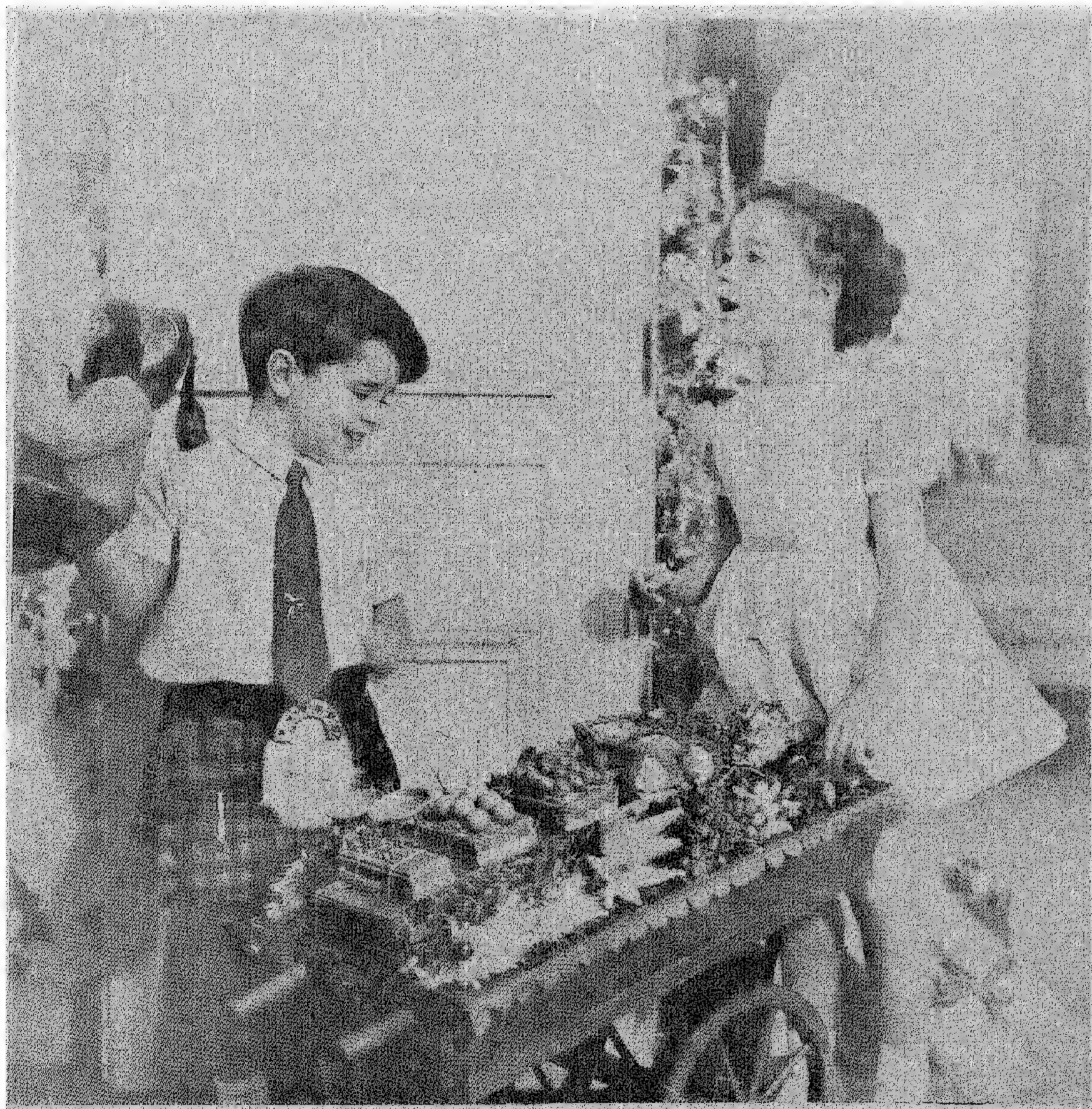
الباسك خيطى الكورساج والجنويلة . مع الباسك : ركبى الازرار فى اماكنها . اعملى دخله فى اسفل الاكمام ودخله اخرى فى موضع السوستة حسب خياطات الجانب . تعمل لفقة على بعد نصف سم من الحرف . ضعى السوستة من الداخل خيطى فى اللفقة التى عملتها الفقى ذيل الفستان بعد ضبط طوله . اكوى الثوب جيدا . والافضل فتح الخياطات بعد عملها مباشرة . ان الورب يكون دائما فى اتجاه نسيج القماش حتى لا يضيق

فسيثبت بزر اوبزرين يركبان على الامام مكان خياطة الكتف خيطى الباندة بالورب فى اسفل الثوب واجمعى بعد ذلك الجزء الامامى والظهر بخياطات الجانب . ان الجزء الايسر لن يقفل هو ايضا الى الخصر ليتمكن تركيب السوستة . ركبى الجنويلة على الكورساج . احصرى على وضع منتصف الجزءين الامامى والخلفى للجنويلة على جزاى الكورساج تماما . ركبى الباسك فى مكانهما بعد تبطينها ثبتيه بدبابيس . افتقى الخصر وبعد تركيب

ملايس في طفولة

نوب لطفلة في سن
الخامسة وآخر لطفل في
السنة الاولى من عمره

طفل في الثالثة من عمره وطفلة
في الرابعة من عمرها



انك تفكرين بصحة اطفالك وتهتمين بماكلهم وبفسحتهم • ولكنك تهملين أحيانا ملابسهم • لقد نشرنا لك على عاتق الصفحتين خمسة موديلات مبتكرة لاطفال تتراوح أعمارهن بين السنة والخمس سنوات • ان الطفل الصغير يفرح بالملابس الجديدة ويختال مزهوا بها • اهتمي بملابسه كما تهمين بملابسك وعلميه كيف يحافظ عليها ويحول بينها وبين الاتساخ

انها في الثانية من عمرها
وترتدي بوبا مشغولا
بالاسهوكس الازرق



أفكار جديدة..



استرعت المجموعة التي قدمتها مدام سكيابارلي
انظار الجميع لانها توخت فيها الاعتدال في الاسعار
لتشجيع السيدات ذوات الدخل المتوسط على
الاقبال على شراء مجموعاتها • لقد قسمتها كما
ترين الى أربعة أقسام • جعلت القسم الاول
للسيدات ذوات الدخل المتوسط • والمجموعة
الثانية للسيدات ذوات الدخل فوق المتوسط
والثالثة للفنيات والرابعة للثريات





المجموعة الثالثة

تاير - جاكيت - معطف - ثوب للنهار - ثوب تواليت - ثوب للسهرة



المجموعة الرابعة

معطف - ثوب لبعء الظهر - ثوب تواليت - ثوب للمساء - ثوب للسهرة - تاير - ثوب للنهار

نوب بيسيط وقاير انيوت



انه عنوان السماطة وعدم التكلف ويمتاز بهذه الفيوكة الضخمة التي تزيد جمالا . اسفل الجوتيلة مجلي بمائدة
من القماش الخفيف ذاته بعد تشه على بعضه كما هو ظاهر . انه نوب الربيع لا ينزعه في هذا القلب أي منازع



وهذا ثياب الربيع لونه ابيض بنقط مبعثرة عنا وشكك بدون اى نظام الحاكيت ضيقة باكهام جازونيز ضيقة
وبدون ياقة وقد وزعت الازرار عليه بطريقة جديدة مبتكرة - الجوانبة بسيطة نهائى بقيق مقبول

كونى جميلة فى منزلك



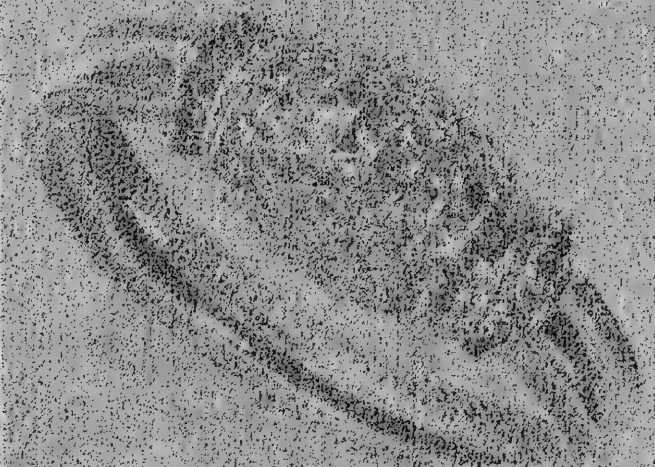
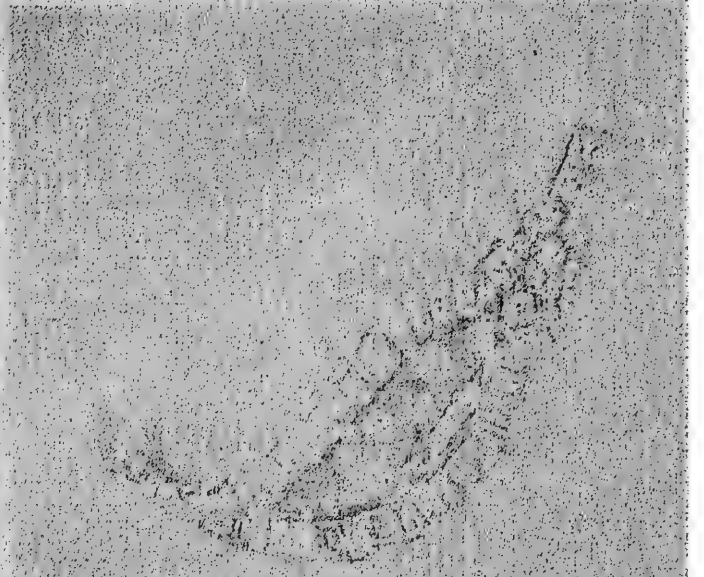
سويت من جرسه الصوف
الاسود • الديكولتيه على هيئة
مثلث قاعدته الى اعل وراسه
الى اسفل وقد حلى طرفه
بالجروجران • الجونيلة
مفخرة بشرائط

لا يكفى يا سيدتى أن تكونى جميلة وأنيقة خارج المنزل
والا كنت من اللواتى يهتمن بالمظاهر • انك اذا ما
انتهيت من أعمال بيتك وجب عليك أن تتركى ملابسك
التي ارتديتها لهذا الغرض وأن تلبسى الملابس التي تليق
بك • لقد اخترنا لك على هاتين الصفحتين موديلين غاية
فى البساطة والجمال • ان فى استطاعتك أن تستقبلى
بأى واحد منهما صديقاتك كما فى استطاعتك أيضا أن
تنتظري بأى واحد منهما عودة زوجك من عمله • لقد
اعتدنا نحن الشرقيات ألا نهتم بهندامنا أمام أزواجنا
اعتقادا منا بأن الزوج لا يهتم بأناقتنا وبجمالنا قدر
اهتمامه بنظافة المنزل وحسن نظامه • ان السيدة التي
تهمل أناقتها لا تعتبر زوجة كاملة • ان ربع ساعة كافية
يوميا لاعداد نفسك لاستقبال الزوج • البسى له الملابس
البسيطة واهتمى بتصفيف شعرك فالبيت لا يكتمل
جماله الا بجمالك وأناقتك • فكرى اذن يا سيدتى فى
أناقتك وأنت بمنزلك • ان المسألة لن تكلفك كثيرا •
عودى الى دولا ب ملابسك وافتحيه معنا • ان هذا الثوب
الذى لم ترتديه منذ سنتين لماذا لا تصلحيه وترتديه فى
منزلك ؟ وهذه الجونيلة لماذا لا ترتدين عليها شيميزيه ؟
انك لا تحتاجين الى ميزانية خاصة للانفاق منها على
هذه الملابس

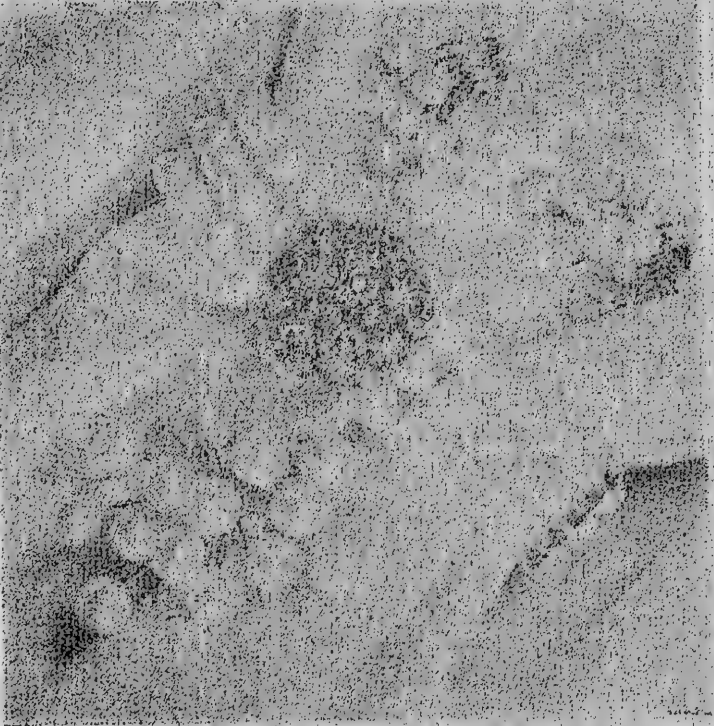


استرعى هذا الثوب المبكر انظار الجميع . وهو عبارة عن جونية من
الفوترين الابيض الموشى بخيوط مكسرة من الذهب . داخل الثنية بدون
أى تطريز . البول أوفر متوسط الاتساع بأكمام ضيقة تصل الى
منتصف الساعد . أما الياقة فتحيط بالرقبة المحلاة بسوار مبكر

هذا البروش يمكن عمله من النحاس الخالص أو التقليد

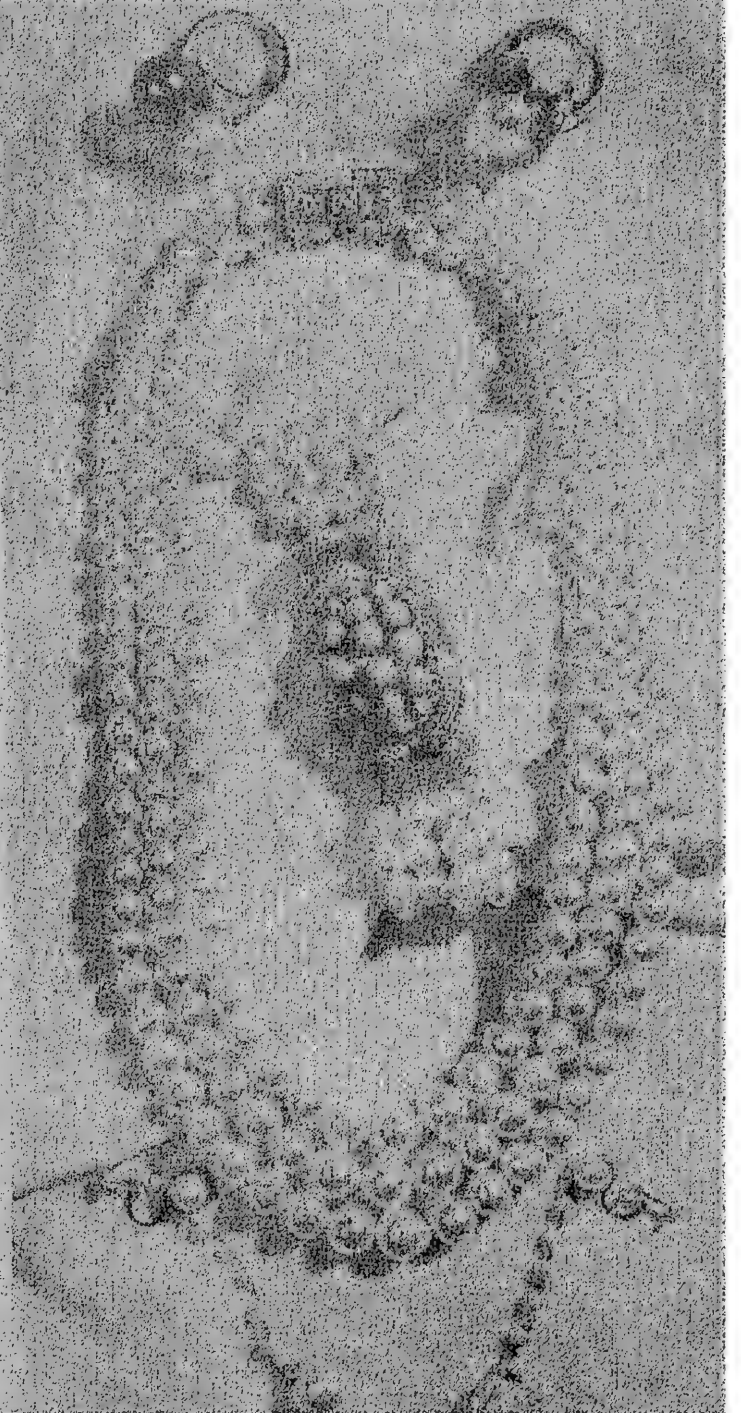


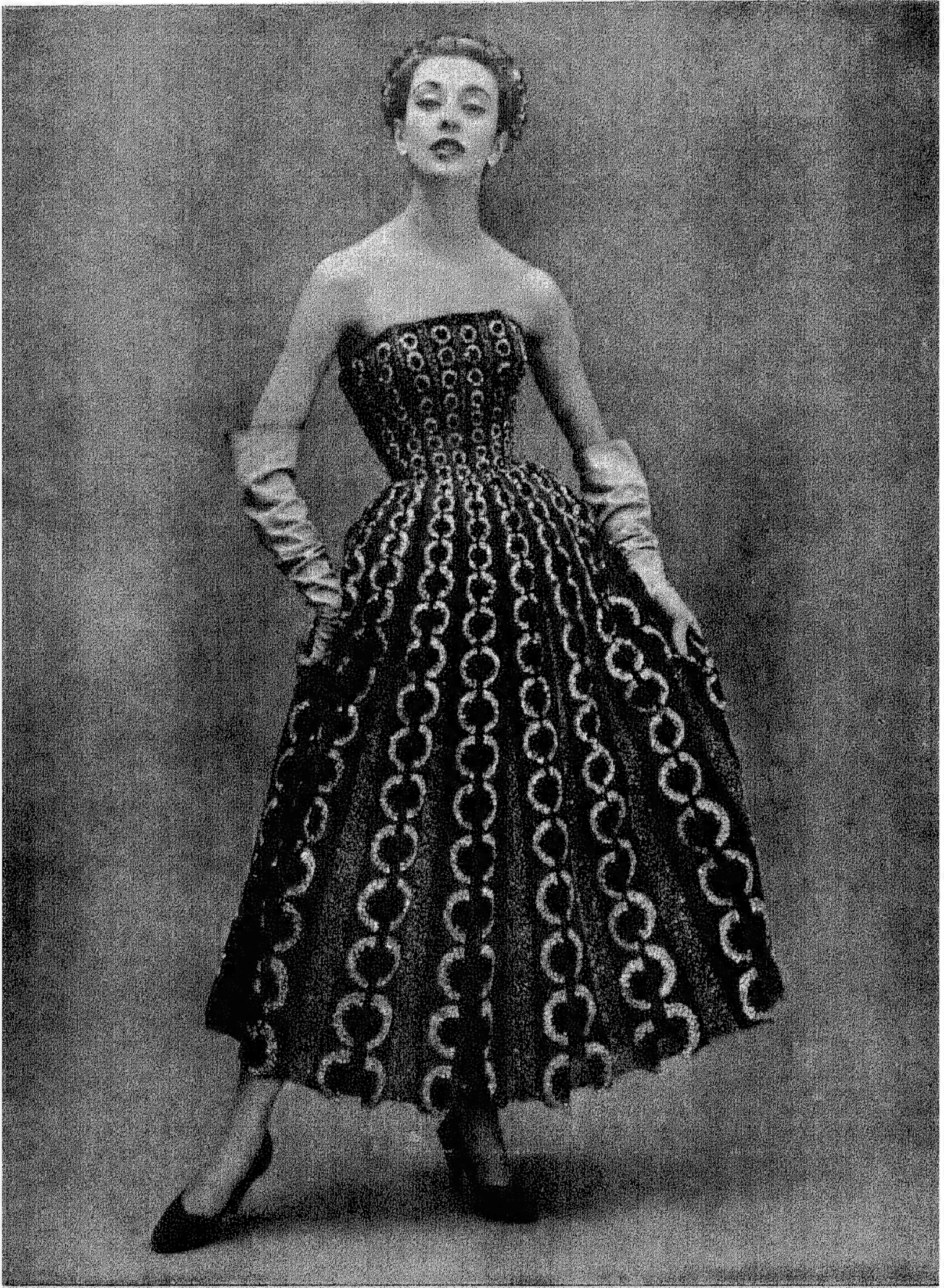
سوار ذهبي من نوع جديد وبروش واقراط مبتكرة



سوار من اللؤلؤ وكليبتات

عقد - واقراط - وخواتم - وبرايز من اللؤلؤ والفضة أو التقليد





ثوب حفلات الربيع الساهرة



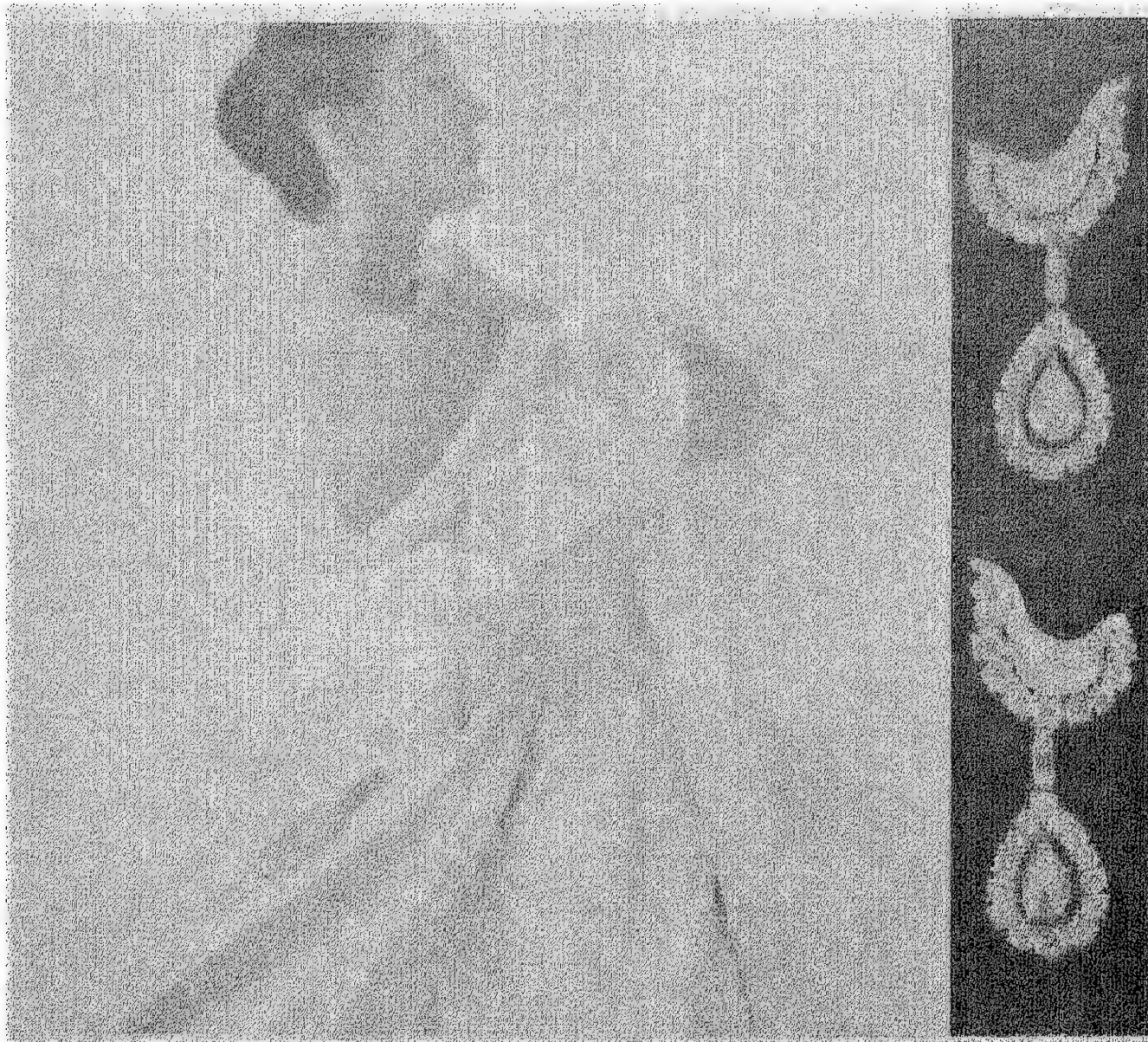
آخر مبتكرات باريس لوسم الربيع ثوب تواليت بدون اكمام وبحزام رفيع



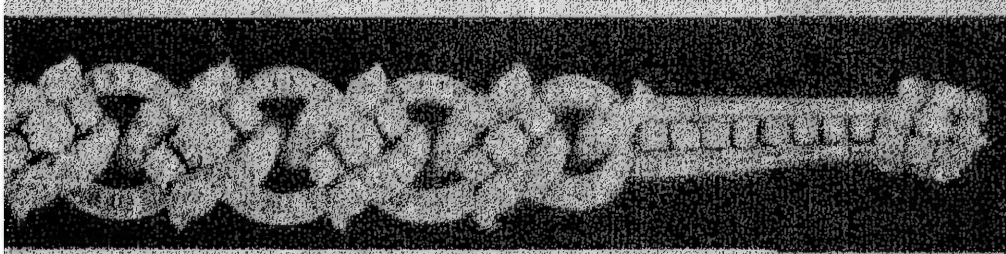
استرعى هذا الثوب الوردى الرائع أنظار كل من شاهده وهو بليسيه



ثوب للسهرة من تصميم كريستيان ديور



قرط من المساس الطبيعي أو
الصناعي لا يعلق في الأذن إلا في
الحفلات الساهرة الكبرى



سوار من المساس الطبيعي أو
التقليد يوضع حول المعصم
ولا يرتدى إلا في الحفلات
الساهرة

قبعات للحساء



يقدم جلبوت اورسيل هذه القبعة الصغيرة
المصنوعة من القطيفة الخضراء حليت بشرائط
مضفرة من لون مناسب



كالوت من القطيفة الخضراء محلاة بریش نعام
ايضاً ابتكرتها صانعة القبعات المعروفة
جان بلانشو

تقدم اخوات لجرو المعروفات في باريس هذه القبعة المبتكرة بعد ان اطلقتا عليها اسم الجنه . انها كما ترين مصنوعة من القطيفة السوداء ثم كسيت بالريش . ان هذه القبعة لا ترتدى الا بعد الظهرو في حفلات الاستقبال وقد حليت صاحبته اذنيها بقرطين ينتهيان بحبه من اللؤلؤ . اما ذراعها اليمنى فيحليها هذا السوار الجميل





اگر یہ موضوعات المومست

تطلق لولا بروساك على هذا
الثوب المكون من قطعتين
والمصنوع من الجرسية اسم
" الكورديون "

ان لولا بروساك تقدم ايضا هذا
الثوب الرفادى المصنوع من
الجرسيه والمجلى بخيوط من



لا تخلو مجموعة من المجموعات التي
تقدمها محلات الأزياء في باريس وروما
ولندن ونيويورك وبرلين من الاثواب
المصنوعة من الجرسية • والصورة
الى اليمين لتاير من الجرسية من
تصميم مارسيل روشاء الذي عني
بإظهار الحصر وعدم تضيق الكمين •
ان اقبال السيدات على الجرسية في
هذا الموسم فاق كل اقبال سابق



بلوذة من موسلين الحرير وكوينزون من الكريب
دي شين الحرير وطعمة بالداشيل • أما المناديل
فهي من الينون المحلى بالفلانسين

ملابس الداخلية



روب دى شامبر يمتاز بالسعة • اليساقة ضيقة
تقفل بشريطة تعقد عند العنق • الاكمام واسعة
باساور ضيقة تغطي جزءا صغيرا من الساعد



روب دى شامبر مريح للغاية مصنوع
من الصوف اللين • وحلى من اعلاه الى
اسفله بأزرار صغيرة مذهبة • الاكمام
واسعة تصل الى ما تحت المرفق بقليل



تكملة لـ

الخامات المطلوبة : ٢ : اوقية
صوف ٣ قتل من اللون الابيض =
٢ اوقية صوف ٣ قتل من اللون
البمبي الفاتح ١ : اوقية صوف ٢
قتل من اللون البمبي الغامق : ١ :
اوقية صوف ٣ قتل من اللون
الاخضر زوج من الابر نمرة ١١
زوج نمرة ١٤ : ٣ زراير صغيرة :
ابرة كروشيه متوسطة الحجم

المقاسات : مقاس دائرة الصدر
٢٤ - ٣٦ بوصة والطول من الكتف
حوالي ١٩ بوصة (البوصة ١/٢ ٢
سم)

ملحوظة : ١٧ غرزة مقاسها ٢
بوصة بالعرض وكل ١١ سطر
مقاسها بوصة واحدة بالطول على
واقع الشغل

الطريقة :

الامام : ×

استعملى ابر نمرة ١٤ والصوف
الابيض واعمل ١٢٦ غرزة واشتغلى
غرزة عدل وغرزة مقلوب حتى يصل
البليسيه الى ١/٢ ٣ بوصة

الاسطر اقطمى الفتلة البمبي غامق
×
اشتغلى ٤٤ سطر على ١٦٤ غرزة
مستعملة الالوان الاتية

٢ : سطر ابيض ١٠ اسطر بمبي
فاتح ٤ اسطر ابيض ٨ اسطر بمبي
فاتح ٦ : اسطر ابيض ٦ اسطر
بمبي فاتح ٤ : اسطر ابيض ٤
اسطر بمبي فاتح

الرقبة :

استعملى اللون الابيض واشتغلى
٧٤ غرزة عدل : ارجعى تاركة بقية
الغرزة على ابر اخرى ثم اشتغلى
سطرا بالمقلوب مع اختصار غرزتين
في بداية السطر (اى جهة الرقبة)

اشتغلى سطرا عدل باللون البمبي
الفاتح

اشتغلى سطرا مقلوبا باللون
البمبي الفاتح مع اختصار غرزتين
في بداية السطر عند الرقبة

استمرى في الشغل بالتبادل
مستعملة اللون الابيض سطرين
واللون البمبي الفاتح سطرين
لمسافة عشرة اسطر مع اختصار
غرزة في كل سطر جهة الرقبة .
اقطمى فتلة البمبي الفاتح

استعملى اللون الابيض واشتغلى
كالانى لعمل حردة الكم والكتف :

اختصرى ١٢ غرزة في بداية
السطر الاينى (اى الاول) ثم اختصرى
١٢ غرزة في السطر الثالث ثم ٩
غرزة في الخامس والسابع والتاسع
ثم اختصرى بقية الغرزة

امسكى الشغل ووجهه المعدل
مواجه لك ثم اوصلى اللون الابيض
من جهة الرقبة بالغرزة المتروكة
اختصرى ١٦ غرزة ثم اشتغلى
بالعدل لآخر السطر - اشتغلى
سطرا مقلوبا باللون الابيض -
استعملى اللون البمبي الفاتح
واختصرى غرزتين في بداية السطر
ثم اشتغلى لآخر السطر سطرا
مقلوبا باللون البمبي الفاتح اختصرى
غرزتين في بداية السطر الاتى
ومستعمله اللون الابيض ثم اشتغلى
لاخر السطر بالمقلوب وباللون
الابيض لآخر السطر مع شغل
الغرزتين الاخيرتين معا - استمرى
في الشغل ومستعملة الالوان
كالجهة اليمنى ومختصر غرزة جهة
كل سطر الرقبة والالوان كالآتى :

٢ بمبي فاتح - ٢ ابيض بالتبادل
لمسافة ٨ اسطر اقطمى اللون
البمبي الفاتح

استعملى اللون الابيض .

اختصرى غرزة في بداية السطر -
اشتغلى عدل لآخر السطر ثم
اشتغلى حردة الكم والكتف كالجهة
الاخرى .

الظهر :

اشتغلى كالامام من العلامة ×
الى العلامة ×

اشتغلى ٣٦ سطر مستعملة
الالوان الاتية ٢ ابيض - ١٠ بمبي
فاتح ٤ ابيض ٨ بمبي فاتح ٦ ابيض
٦ بمبي فاتح - اقسى الغرزة
لفتح الظهر .

استعملى اللون الابيض واشتغلى
٨٢ غرزة ارجعى تاركة بقية الغرزة
على ابرة اخرى

× × اشتغلى ٢ اسطر ابيض
٤ بمبي فاتح ثم اشتغلى ١٤ سطر
بالتبادل ٢ ابيض و ٢ بمبي فاتح
وتنتهى باللون الابيض

اقطمى اللون البمبي الفاتح × ×
× × × - استعملى اللون
الابيض فقط واختصرى ١٢ غرزة
في بداية السطر التالى (الاول) ثم
١٢ غرزة اخرى في السطر الثالث
و ٩ غرزة في السطر الخامس والسابع
والتاسع - اشتغلى سطرا ثم
اختصرى ٢٢ غرزة الباقية × × ×

امسكى الشغل ووجهه المعدل
مواجه لك . اوصلى الخيط الابيض
من الجهة الداخلية للغرزة المتروكة
واشتغلى من العلامة × × السى
العلامة × × - اشتغلى سطرا
اخر بالابيض ثم اشتغلى من العلامة
× × × الى العلامة × × ×

الانمام :

استعملى خرقه مبيلة في كسى
النسيج وهو على الظهر بشرط الا
تمسى البليسيه بالكواة . خيطى
الاكتاف تاركة حوالى ١/٤ بوصة
من الحافة . امسكى الشغل بشرط
ان يكون وجهه المعدل مقابل لك
وباستعمال اللون الابيض والابىر
١٤ القطى ١٠٨ غرزة على حافة
الرقبة . اشتغلى غرزة عدل وغرزة
مقلوب ٩ اسطر (بليسيه)

اختصرى مع مراعاة عدم الشد
انثناء الانتهاء

جهة المعدل مواجهة لك وباللون
الابيض والابىر ١٤ القطى ١١٦
غرزة على الكم واشتغلى غرزة عدل
وغرزة مقلوب ٩ اسطر ايضا .

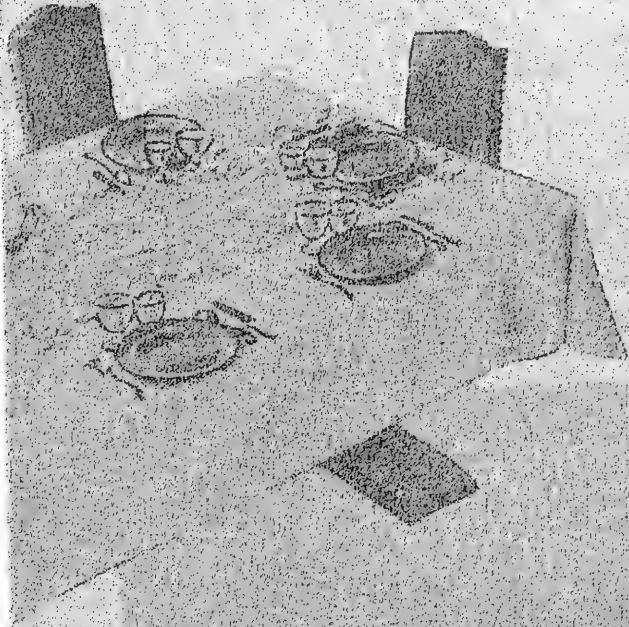
اتمى بليسيه الكم الاخر كذلك .
خيطى الجوانب وبالبيرة الكروشيه
اعمل حافة حول فتحة الرقبة من
الخلف مع عمل ثلاث عراوى في هذه
الحافة . ضعى الزراير



زخارف مبكرة

انظرى للرسمين الموضحين اعلاه فانه يمكن استعمالهما فى زخرفة اثاث المنزل (مستأجر ، او ابا حور ، او مفارش ، الخ) ويجب ملاحظة سلامة الذوق فى اختيار الالوان وتنسيقها ولاحظي ان تكون وحدات الرسم الكبير كلها بلون واحد ، أما وحدات الرسم الصغير فتكون بلونين فقط .
 (١) الورد كله بلون واحد (٢) والعروى كلها بلون واحد أخضر غامق أو بلى .

مفرش مبتكر لائنة الطعام



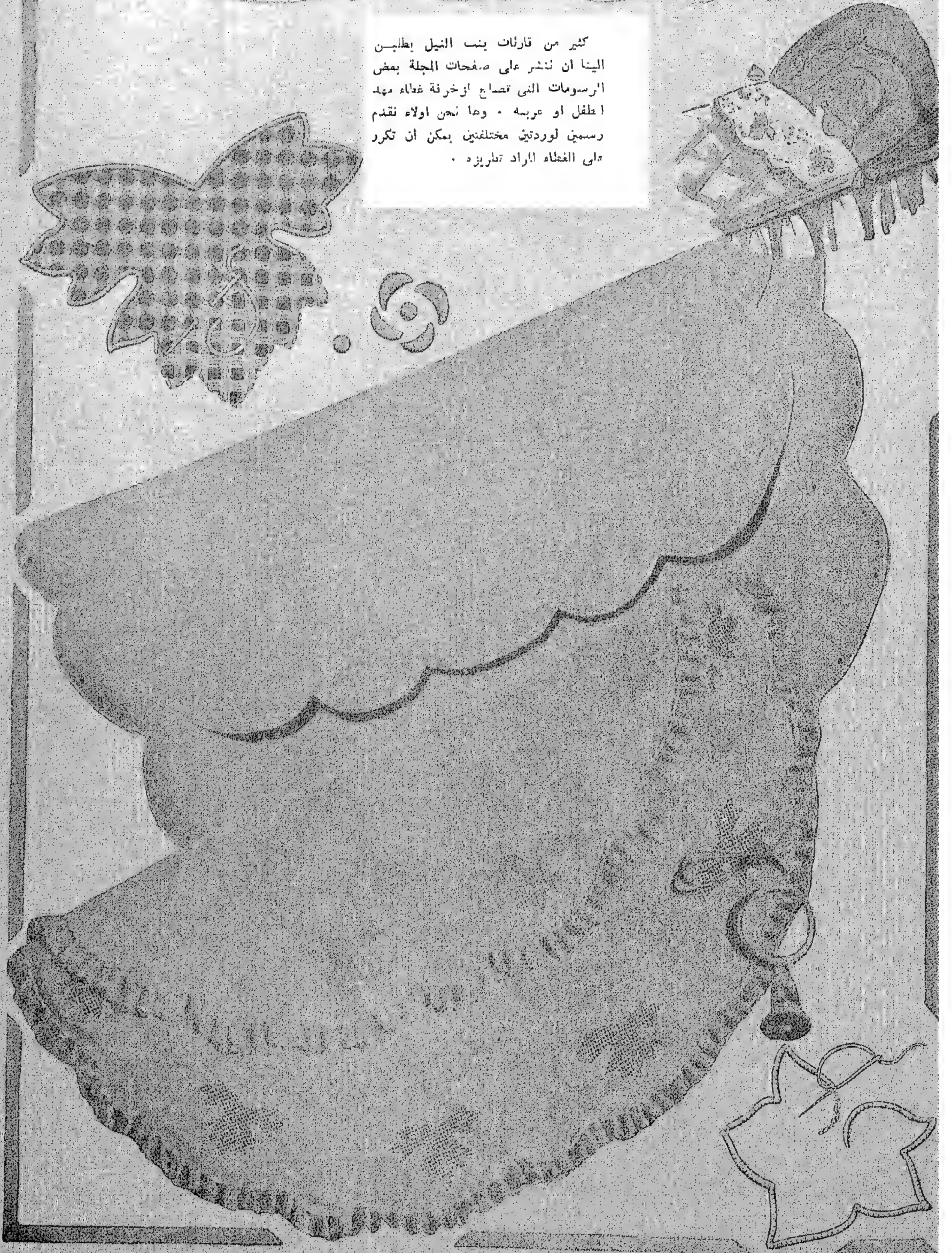
ان المفرش الذي نقدمه اليك
هذا الشهر مصنوع من الكتان
السميك الكريم رسم في وسطه هذا
الفصن الجميل الذي يمتد من اول
المفرش الى اخره كما هو مبين في
الصورة اعلى الصفحة . ان هذه
الاعصان المتشابكة مشغولة بغرزة
الفرع ، اما الازرار فتطرز بغرزة
اللانسيه . اختاري اللون النحاسي
او الاحمر والاخضر او البنفسجي او
الاصفر الذهبي او الازرق . واختيار
اللون كما تعلمين يتعلق الى حد
بعيد بلون المفرش الذي تغطين به
اثاث غرفة المائدة .

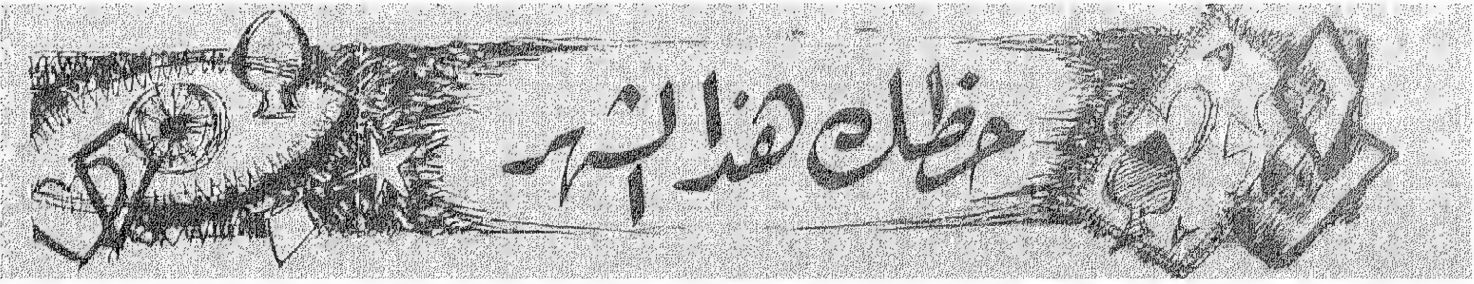
وينتهي المفرش بعمل اورلييه
صغير حول حافته يخفى بصف من
غرزة الفرع . ارسمي على القوطة
المصاحبة لهذا المفرش جزءا من هذا
الفرع



زخرفات محمد طفلة

كثير من قارئات بنت النيل يطلبين
الينا ان ننشر على صفحات المجلة بعض
الرسومات التي تصاحب اذخرفة غطاء مهد
الطفل او عربته . وها نحن اولاء نقدم
رسمين لوردتين مختلفتين يمكن ان تكرر
على الغطاء المراد تلوينه .



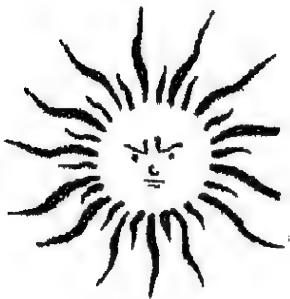


مشاحنات مع زوجك وسوء تفاهم عاطفى يمكن اجتيازها بكياستك المعهودة

من ٢٢ نوفمبر الى ٢٣ ديسمبر: هذا الشهر صالح للنشاط العقلى والفكرى ان افكارك عملية ومثمرة . لا تكثرى من النقاش فى المسائل العملية والعاطفية

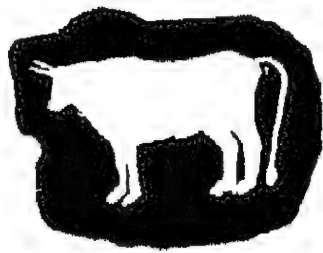
من ٢٣ ديسمبر الى ٢٠ يناير: نشاط يعقبه هدوء وهدوء يعقبه نشاط . مضايقات واقعية حينما وخيالية احيانا . كونسى متسامحة مع المقربين اليك واكثر تفاهما فى النواحي العاطفية

من ٢٠ يناير الى ١٩ فبراير: تغييرات قد تقع قريبا . علاقات جديدة ذات فائدة . مجهودات تبذلونها لتحسنى مركزك سوف يأتى ثمارها . سحرك سيفوزو قلوب الرجال



من ١٩ فبراير الى ٢٠ مارس: افكار كثيرة وامال ومشروعات طيبة وحظ سعيد ان كنت ذات ارادة قوية ومنطوق . ان ما تعتقدينه حبا فليس هو كذلك

من ٢١ يونية الى ٢٢ يولية: ميل للانفعال والتأثر خيال خصب زائد عن الحد المألوف . ضعف فى الارادة لا تجعلى غيرك مسئولا عن ضعفك . عدم مبالاة من الناحية العاطفية



من ٢٢ يولية الى ٢٣ اغسطس: كونى واثقة من نفسك ان اردت الاستفادة من حظك فى هذا الشهر . ستستفيدين من معارفك ولكن حظك فى الحب ضعيف جدا

من ٢٣ اغسطس الى ٢٣ سبتمبر: ان كانت الظروف فى غير جانبك فلا تدعى اليأس يدخل قلبك . ان عندك من المؤهلات ما يسمح لك بالاستفادة من كل شىء . ان غيرتك لا معنى لها

من ٢٣ سبتمبر الى ٢٣ اكتوبر: سيضطرع العقل مع العاطفة فى هذا الشهر . استغلى ديبلوماتيتك ولا تستعجلي الحوادث فالايام كفيلة باعادة المياه السيى مجاريها

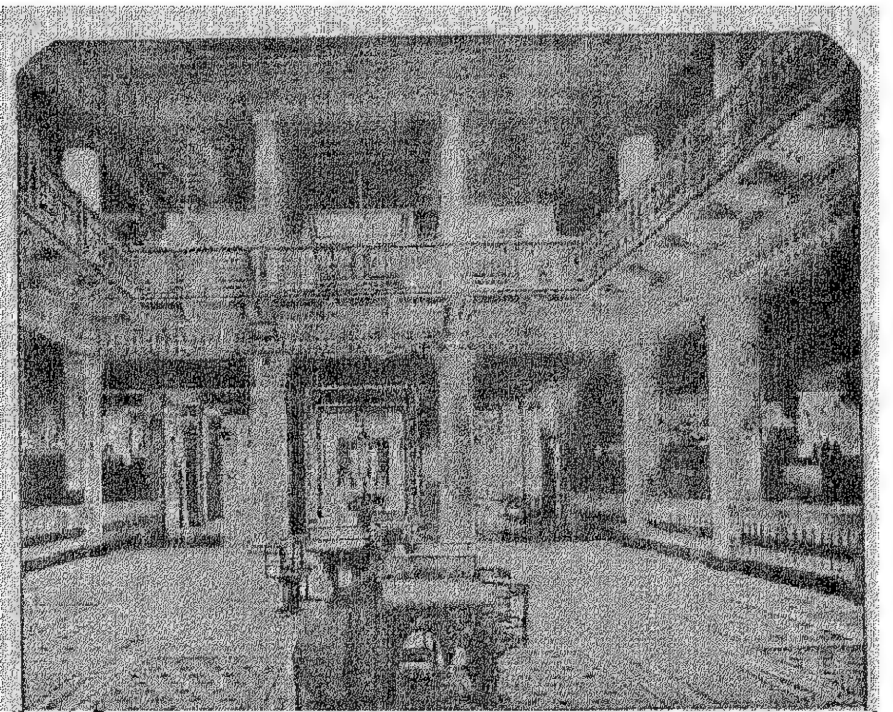
من ٢٣ اكتوبر الى ٢٢ نوفمبر: انه شهر المشروعات والحركة التى لا تهدأ . ستخلقين المصاعب لنفسك

الذى هو من شيمك . مضايقات مالية. زعل نتيجة لشدة اخلاصك لمن تحبين وثقتك به

من ٢١ مايو الى ٢١ يونية: عصبية تبلغ حد المرض وقلق لا اساس له من الواقع ميل الى الشعور بانك ضحية لفرك . ان قاومت هذا الشعور كان شهرك شهر نشاط وعمل مفيد . عدم ثقة فى الحب

من ٢١ مارس الى ٢٠ ابريل: لا تتركى لخيالك العنان لئلا يتأثر نشاطك ويقل انتاجك . انك ستشعرين بحيوية دافقة حين تبدئين عملك ولكن لن يلبث ان يساورك شعور بالملل بعد فترة وجيزة

من ٢٠ ابريل الى ٢١ مايو: انك على العموم لا تحبين المشاكل . ان عددا منها سيعترضك . ولكن لا نياسى . اعتصمى بالهدوء



س. ش. م. ٢٠

بنك مصر
البنك الذى رفعت العزة المصرية وعامتها فى الاستقلال الاقتصادى
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
تزرعه بعواصم المديرية ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه فى كل بلاد الخاسج

تجنى فاعدة أوتس

باستعمال

كويكر أوتس



في غدا راحة كويكر أوتس -
وبنقطة قليلة تحصل على
العناصر الأساسية المغذية لتتم
بصحة جيدة - ولا يوجد حبوب
أخرى صرفة لها من القوة الغذائية
كقوة كويكر أوتس - ولجديد أطلق
عليه نقاء الطبيعة المجدد -
أفطر به كل صباح

قوائم أكثر بنفود قابلية استعمال كويكر أوتس

أكثر نشاطا
أكثر مقدرة
أكثر قوة
أكثر بهجة
... أكثر غنى بالكاربوهيدرات
... أكثر يقظة بالبروتينات
... أكثر بحرية كبيرة وراحة من تياست (فيتامين ب)
... أكثر كل فرد يحب طعمه الشهي الشهير

للاقتصاد

استمر الجرم الضاعف وزنه كويكر أوتس لحفظ نفودك
أكتب إلى ص ب ١٧٦٤ بالقاهرة للحصول
على نماذج كتيب ودييات كويكر أوتس



اشتراكات مجلة بذات النيل

١٠٠	الاشتراك السنوي في مصر والسودان
١٥٠	الاشتراك السنوي في البلاد العربية
٢٠٠	الاشتراك السنوي في الخارج (أو ما يعادلها)

♦ لو عرف الشبان ان الزواج
الواحد هو حماقة العمر لما اقدم
بعضهم على تكراره !

♦ يستشهد بعض الرجال على
ان المرأة عملية اكثر من الرجل ،
فان اعنف المواقف العاطفية بينهما
لا تشغلها عن تحويل الحديث بينهما
ناحية الزواج !

♦ تحاول المرأة استرجاع
احلامها بالتفكير في ذكريات خطوبتها
ويحاول الرجل الهروب من همومه
بتناسي حقيقة زواجه !!

♦ ان مركب النقص عند بعض
الرجال هو الذي يدفعهم للتفكير في
التحكم في حياة المرأة .. لان
الرجل لا ينسى ان المرأة هي التي تصنع
له الحياة !

♦ المرأة لا تحب الرجل الغبي
ولا تحتمل الرجل اللذي

♦ المرأة المثالية في عين الزوج
هي التي تحمل صفات لبست في
زوجته .. فهو يعجب بذوات
الشخصية من النساء اذا كان الجمال
هو ميزة زوجته .. ويعجب بالجمال
اذا كانت الشخصية هي ابرز صفات
زوجته

♦ تهرب المرأة من الرجل الذي
يعاود ان يفهمها .. وتضيق بالرجل
الذي لا يستطيع ان يفهمها !

♦ سأل الصحفيون نجمة
مولود الساطعة جين تيرنى :
هل تنوين حقا الزواج من الامير
علي خان
قالت : كلا .. انني احبه جدا ولا
اريد ان ابدد هذا الحب !

للرجال فقط

♦ مهما كان الجمال فانه
يتشابه ويتكرر ، اما الشخصية
فانها الشيء الوحيد الذي يمكن
ان تشرد به !

♦ كل الرجال يسلمون بأن
المرأة زهرة جميلة .. وانهم
يختلفون في غايتهم منها .. رجل
يشمها ! ورجل ينظر اليها ! ورجل
يقبضها في عروة جاكته ورجل
يفركها بين اصابعه .. ورجل يجدهم
منها باقة ! ورجل لا يقنع منها باقل
من حذيفة !

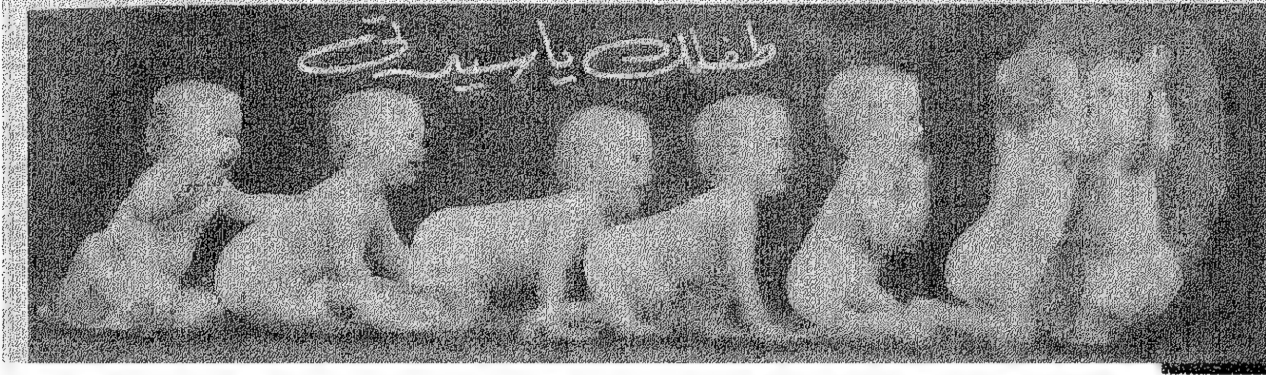
♦ تحب المرأة ان تكون مصبوغة
من جميع الرجال .. ولكنها لا تحب
سوى الرجل الذي تعبد به !

♦ قالت له :
- ايها المقلب متى تؤمن بالحب؟
فاجابها :

ان ايماني بالحب هو الذي
يدفعني دائما للبحث عنه !

♦ قال خبيث فرنسي
المرأة في فترة الخطوبة تلهم
الرجل روائع الاعمال .. ولكنهما
بعد الزواج تمنعه من تنفيذها !!

♦ ايها الرجل احذر ان تكون
اضعف من فتاتك حتى لا تضل منها
واحذر ان تكون اجمل من فتاتك
حتى لا تضل منك !



ان معظم الاطفال يرفضون الطعام بين حين وآخر .
وغالباً ما يكون ذلك لاسباب وجيهة . فلنحترم ما يحبه الطفل وما يكرهه ولنسذكر أن الطفل قد يكره طعاماً ثم ينسى ذلك بعد أيام قليلة .

والاطفال الذين يحظون بزيادة من الاهتمام نتيجة امتناعهم عن الاكل قد تكون لديهم عادة رفض الطعام لانه يسرههم أن يكونوا موضع الاهتمام .

تذكرى على الدوام يا سيدتى أن الاطفال الكبار لديهم رغبة المفاضلة بين الاطعمة فاذا ما رفضوا أحد الاطعمة وجب ابعاده دون اكتراث ودون كلام . وفى مرة تالية يمكن تقديمه الى جانب صنف مفضل ويكون تقديم الطعام الجديد للطفل عندما يكون جائعاً ومرحاً . وأحسن طريقة لحمل الاطفال على أكل كافة أنواع الطعام هى اعطاؤهم حرية الاختيار وعدم اجبارهم على الاكل ضد رغبتهم . وهناك نقطة مهمة جداً - اعملى على الدوام أن يكون طفلك أثناء تناوله طعامه فى وضع مريح . . . يجب أن يكون الكرسي مناسباً وأدوات المائدة ملائمة له ويستحسن استخدام الاطباق والمفارش الملونة .

ومن الحقائق الاولى أن الطفل الصحيح هو الذى ينام نوماً صحيحاً كافياً . . ومن المستحيل تحديد مدة النوم اللازمة للاطفال أو مواعده لان الحاجة للنوم تختلف باختلاف الفرد . والقاعدة السليمة هى تحديد موعد للنوم يسمح للطفل أن يحصل على كفايه منه بحيث يستيقظ بنفسه فى الصباح بحالة طبيعية . فالطفل الذى يذهب الى المدرسة يكون الموعد المناسب لاستيقاظه هو الوقت المبكر الذى يسمح له بتناول طعام الفطور دون عجلة .

هذا ويجب عدم التضييق على حرية طفلك وعليك بمراعاة السماح له بقضاء أطول وقت ممكن خارج المنزل من ٣ الى ٤ ساعات فى الشتاء ومن ٥ الى ٦ فى الصيف ما عدا الايام الشديدة الرياح أو الجافة المتربة وما عدا الايام الباردة الملبدة بالغيوم أو العاصفة .

قدر كبير من أشعة الشمس مرتدياً بعض الوقت ملابس تسمح بتعريض جسمه للشمس . أما فى الشتاء عند ما يزيد كساء الجسم وحين تكون الشمس أقل قوة فيجب أن تتاح للطفل فرصة اللعب فى الشمس كلما سمح الجو بذلك .



والطفل الذى لم يتعد السنتين من عمره يحتاج الى الكثير من أشعة الشمس وحاجته اليها تزيد على حاجة الاطفال قبل سن المدرسة لانه قد يبقى حتى هذه السن معرضاً للاصابة بالكساح . وفى الربيع والصيف والحريف يحصل الطفل على

ويمكنك بشئ من الصبر والناة أن تضعى لطفلك برنامجاً يومياً مناسباً خاصة اذا كنت قد نجحت فى تنمية سلسلة من العادات والاتجاهات المرغوبة لديه . وهناك برامج مختلفة تناسب الاسر والبيئات المختلفة . وأى برنامج يجب

مراعاته بمرونة ودون جمود وفيما يلي نموذج لبرنامج من هذه البرامج لطفل فى الرابعة من عمره .

٣٠ صباحاً : الاستيقاظ - الذهاب للمرحاض - غسل الاطراف - مضمضة الاسنان ٨ صباحاً : الفطور - نزهة فى حديقة المنزل أو فوق سطوحه ان لم تكن له حديقة .

٣٠ ١١ صباحاً : الرجوع الى المنزل - غسل الوجه والايدي .

٣٠ ١٢ ظهراً : الغذاء .

١ ظهراً : خلع الملابس - غسل الوجه والايدي - الذهاب للمرحاض - النوم

٣ بعد الظهر : المرحاض ارتداء الملابس - تناول بعض الفاكهة - الخروج من المنزل اذا سمح الجو بذلك .

٥ مساءً : الرجوع ثانية ٣٠ ٥ مساءً : العشاء - خلع الملابس - الاستحمام .

٦ مساءً : لعب هادى - مضمضة الفم .

الاستماع الى الراديو .

٣٠ ٧ مساءً : النوم .

وقبل أن أختتم حديثي اليك يا سيدتى سأذكرك بأن الطفل فى حاجة الى الكثير من الرعاية بصفة خاصة بين السنة الاولى والسادسة من عمره فركضى جهلك فى هذه الفترة التى تبدأ بعد الفطام وحاولى أن تقدمى الى بلدك مواطناً صغيراً سليماً .

أم مجربة

بنت النيل في شئون منزلها

ازالة الخشونة من الالمونيوم ..
س - لاحظت وجود خشونة ظاهرة في داخل كزولة المونيوم وظهر لى ذلك عقب استعمالها في اغلاء بعض فوط المطبخ وقد استعملت طبعاً صودا الفسيل في ماء الاغلاء . فلماذا حدث ذلك ؟ وما هى الطريقة التى اتبعها لازالتها .
ج - صودا الفسيل من المواد القوية التى تسبب تآكل معدن الالمونيوم ، وهذه الخشونة هى نتيجة ذلك التآكل . ومن الخطأ ان تستعملى صودا الفسيل (البوتاسا) في اى شيء داخله معدن الالمونيوم . ولكن ما دمت قد وقعت في هذا الخطأ فيمكنك اصلاح هذه الظاهرة بدعك الكزولة بخفة بالصابون ولوفة من السلك الناعم . مسع تكرار العملية من حين لآخر حتى تزول الخشونة بمرور الوقت
تنظيف الزهريات الفخار المطلية :

س - يوجد عندي زهريات من الفخار المطلية بالزيت ورسومة بالالوان . وقد اتسخت من التراب مع انى دائماً المعها . وارجو افادتي عن طريقة تنظيفها واكون شاكرة
ج - من السهل جدا تنظيفها ما دمت متأكدة من ان طلاؤها بالزيت . اغسلها بماء فاتر ومذوب صابون بلوفة ناعمة جدا او قطعة قماش . ثم اشطفيها بماء فاتر ثم ماء بارد مضاف اليه قليل من الخل لتزهيته اللون . ثم جففيها جيداً ولمعها بدهنها خفيفا بقليل من ورنيش الموييليات السائل المكون من ملعقة كبيرة زيت تربنتينا ومثلها من زيت البذرة ونصف ملعقة كبيرة من الخل ومثلها من الاسبرتو ويمزج الجميع بالرج ثم ادهني به الزهريات دهنا خفيفا جدا ولمعها بقطعة كستور جافة حتى تلمع
وبر الصوف الاونجرا :

س - صنعت لابنتي التى تبلغ من العمر ست سنوات بلوفر من الصوف الاونجرا . ولكن كلما لسته لاحظت ان وبر الصوف يتطاير بكثرة ويلتصق بالجولة ويصعب ازالته وانا لست مرتاحة لهذا المنظر . فهل من شيء يمكن عمله للاقلال من تطاير هذا الوبر ؟ ؟

ج - وبر صوف الاونجرا سريع التطاير والالتصاق بما يقابله من ملابس . لذلك يراعى دائماً ان يلبس مع جونه توافق نفس اللون المصنوعة منه البلوزة ، او تقربه حتى لا يظهر فيها هذا الوبر اذا ما تطاير والتصق بالجولة . وعلى كل حال سوف تقل هذه الظاهرة بمرور الوقت مع الفسيل ؟

ازالة بقع الصدا من على الاقمشة النايلون :

س - عندي بلوزة بيضاء وقميص نوم لبنى كلاهما مصنوع من قماش النايلون . ظهرت عليهما بقع صدا . فكيف ازيلها ؟

ج - اذيبى مقدار اوقية من ملح الليمون في كوبتين ماء دافئ ثم انقعى فيه مكان البقعة لمدة حتى تزول ثم اشطفيها في ماء بارد نقي . اما في القميص فيخشي على زوال اللون . لذلك اختبرى قوة المحلول اولا على طرف قطعة من القماش الداخلية او طرف الحزام او طرف خياطة داخلية . فاذا زال اللون ازيدى تخفيف المحلول باضافة كمية اخرى من الماء .



دراسات نادى بنت النيل الثقافى

افتتح نادى بنت النيل نشاطه الثقافى ومواعيد الدراسات في الايام التالية من الساعة ٤ الى الساعة ٥ مساء :

يوم الاثنين : لغة فرنسية
يوم الخميس : حياكة وتفصيل
يوم الجمعة : لغة عربية وخطابة
يوم الاحد : حياكة وتفصيل

جميع الاستعلامات تطلب من النادى بشارع قصر النيل رقم ٤٨ تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤ - القاهرة

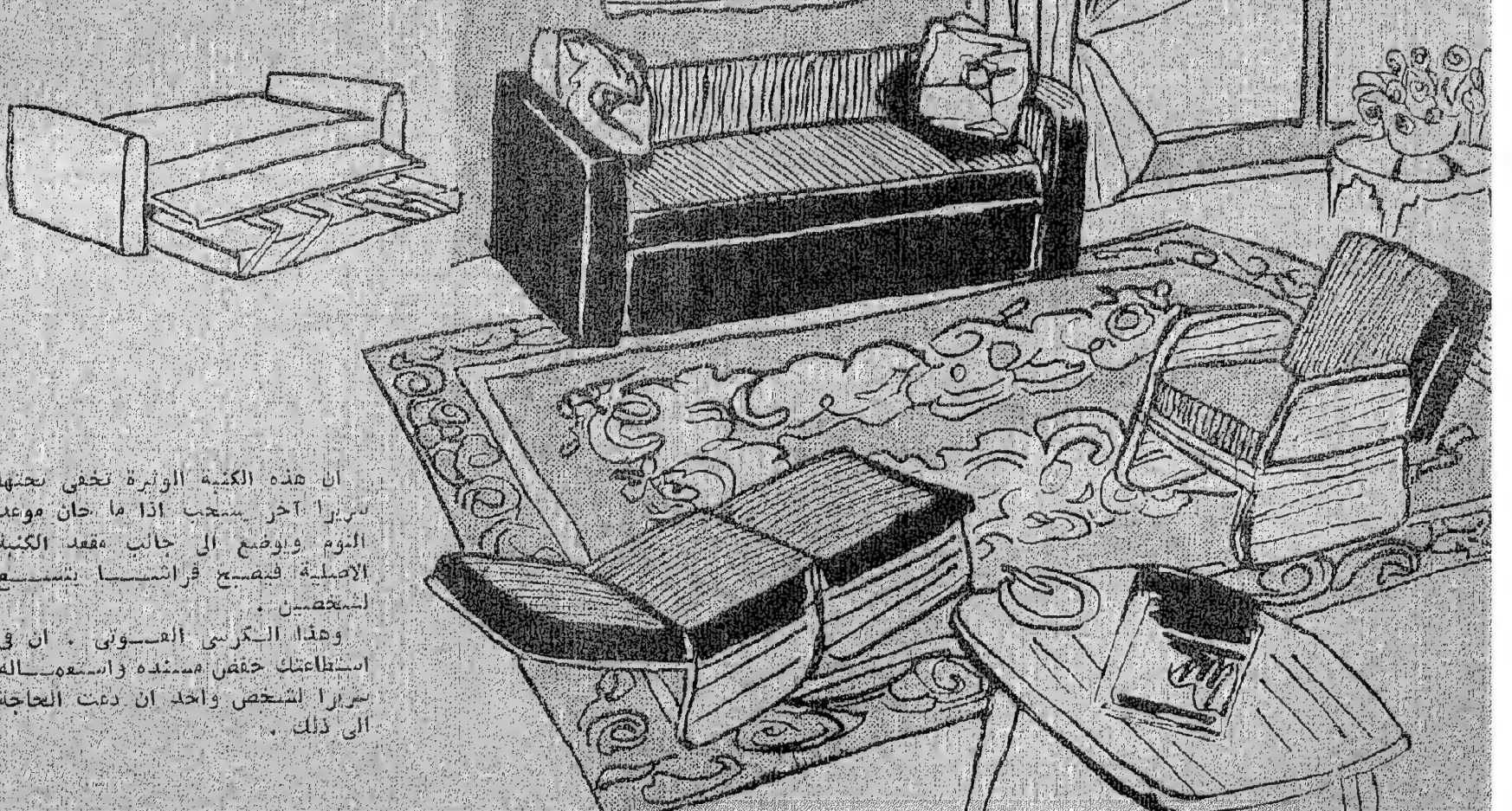


انت كات منزلك ضيقا..

ان ضيق منازل اليوم وقلة عدد غرفهسيبنا جعلنا نفكر لك في حل عملي ينفعك يوما من مهمة تاتي هذه البيوت الصغيرة

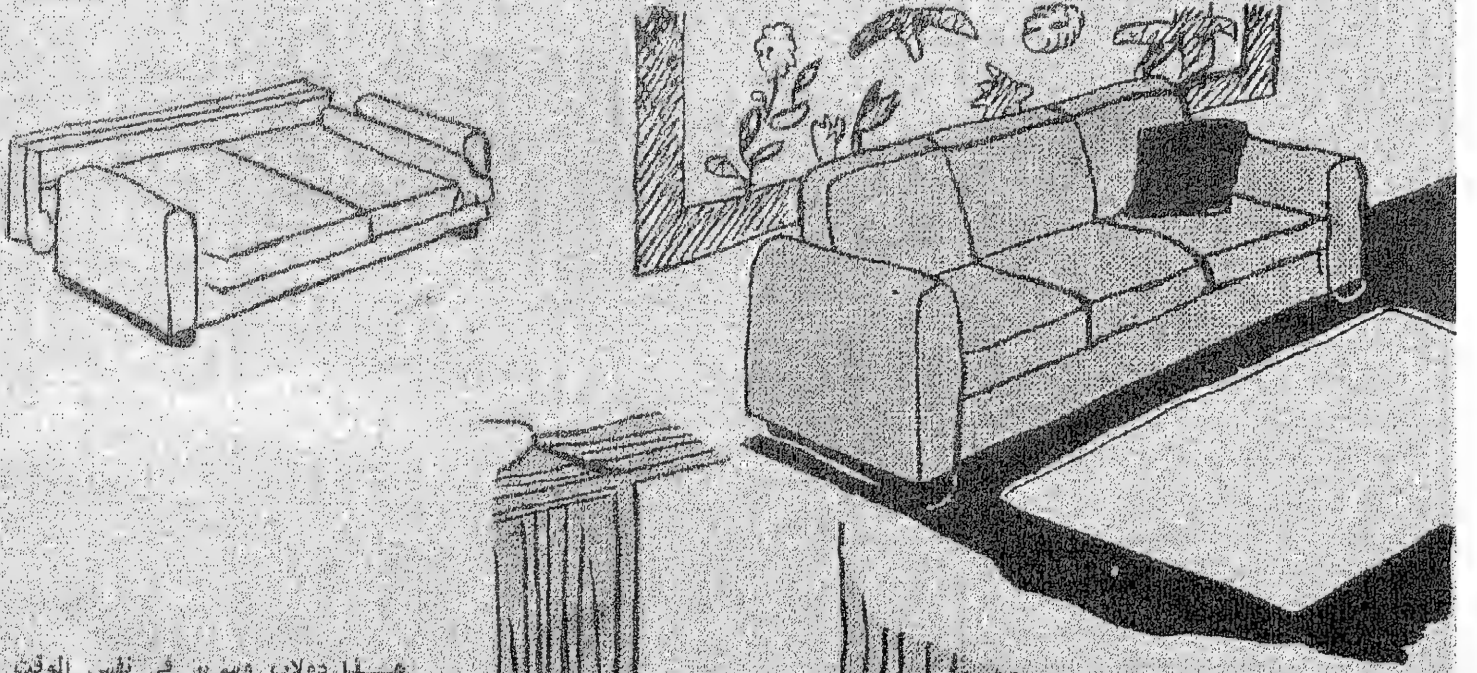


لقد خطبت هذه الكنية بالقطعة . ويمكن استعمالها للناوس أو النوم . وتوضع بسواء في الصالون أو في غرفة المائدة . وحين يأتي المساء يكفي أن تبعد هذه الكنية من الحائط وأن تخفض مسندها بحيث يصبح اقفا . وفي بعد ذلك الملاءة والوسائد . وفي الصباح تدار الكنية إلى وضعها الطبيعي .

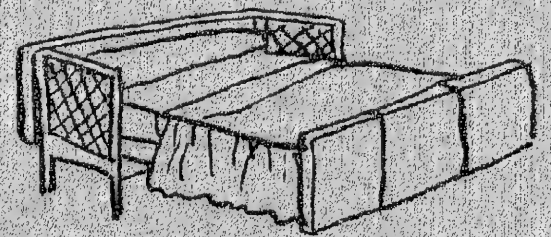
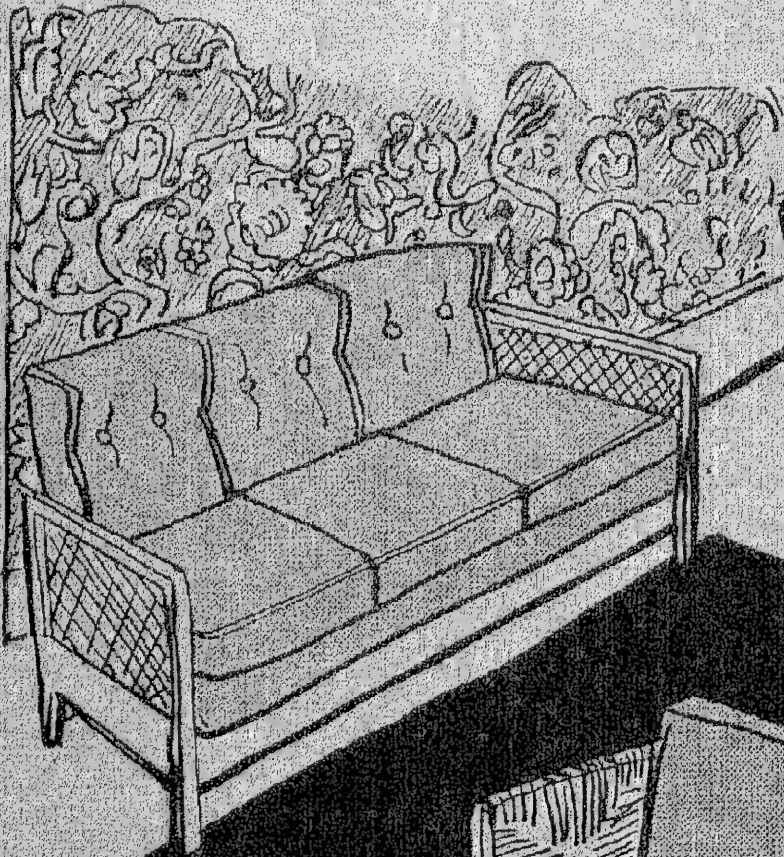
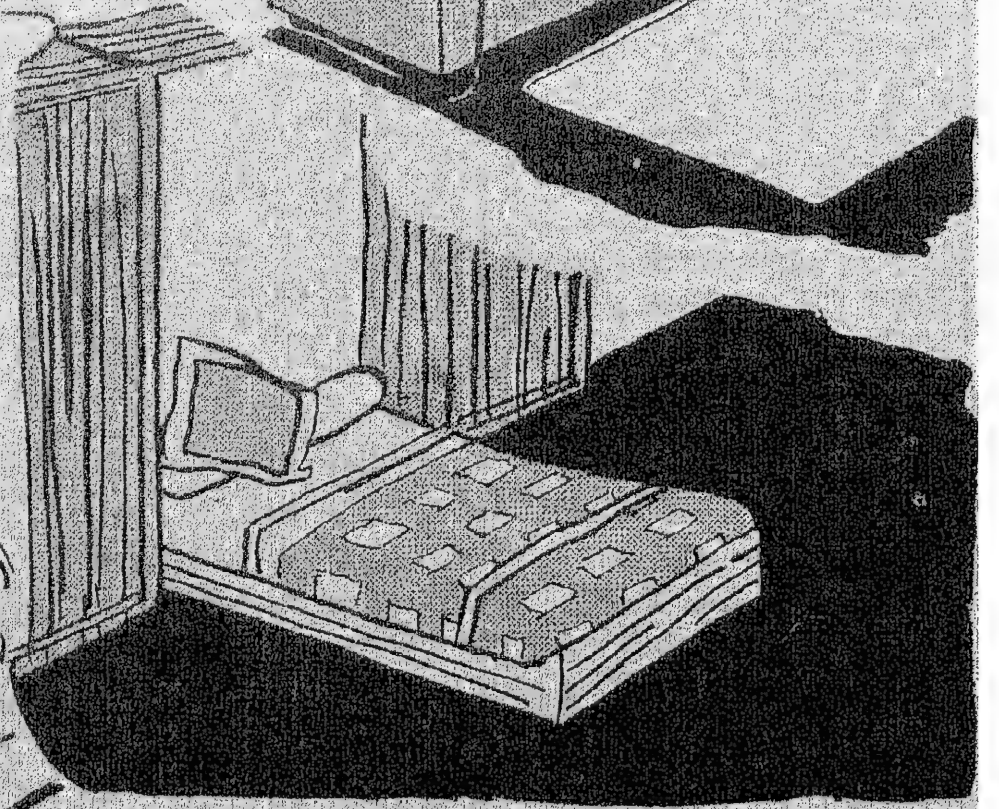


ان هذه الكنية الوترية تخفي تحتها سريراً آخر يسحب اذا ما كان موعد النوم وتوضع الى جانب مقعد الكنية الاصلية فتصبح قرائنسيبا يتسع لشخصين . وهذا الكرسي القسوي . ان في استطاعتك خفض مسنده واستعماله سريراً لشخص واحد ان دعت الحاجة الى ذلك .

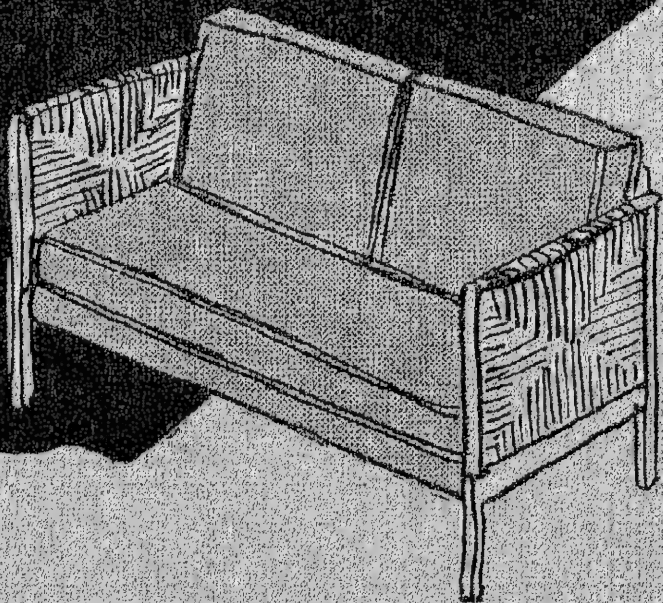
وهذه كنبية وسريير في نفس الوقت • المسند عياره عن ثلاث وسائد
تقلص الى الطول • وهكذا يصبح لديك سريير وثري



هنا دولاب وسريير في نفس الوقت • ان السريير يمكن
رفعه وخفضه حسب الطلب • كما هو ظاهر امامك
بالرسم



هذا الديوان ذو المساند الثلاثة
يستعمل نهارا للجلوس • فاذا
ما حل المساء سحب من مكانه
واستعمل فراشا لاثنتين



ان المقعد الذي ترين رسمه امامك
بمستدين جانبيين يمكن خفضهما ووضع
الوسادتين عليهما لاستعماله سريرا لشخص
واحد ان دعت الحاجة الى ذلك

الجامعات في شهر

نحو جامعة افضل

ما زال الكثير من طلبة وطالبات الجامعة لا يدركون معنى الروح الجامعية... فالتألم ينظر الى زميلته نظرة ملؤها الحقد والكراهية ويعتقدانها تنافسه في ميدان ليست جديرة بالوقوف فيه بجانبه... كذلك الفتاة نجد أن نظرتها الى زميلها لا تتعدى نظرتها الى أى شاب آخر ولا تربطها به أى رابطة.

ومن رأى اذا أردنا للروح الجامعية الحياة أن نعمل أولا على ايجاد الانسجام الروحي بين الطالب وزميلته في الجامعة... ولا يتحقق هذا الانسجام الا اذا ساعدت اتحادات الكليات المختلفة على ذلك باقامة حفلات التعارف والاكتشاف من الرحلات التي تجمع بين الجنسين وتنظيم المحاضرات عن رسالة الجامعة والروح التي يجب أن تسود بين طلابها... س.ع.

أسرار الجامعات



♦ عرضت جماعة السينما بكلية الحقوق بجامعة القاهرة على الاتحاد أن تشتري بإيراداتها المتحصلة من الحفلات السينمائية التي أقامتها بصالة الاحتفالات بجامعة القاهرة كتباً تقدمها الى الطلبة بثلاث ثمنها مساهمة منها في مساعدة الطلبة ولكن الجماعة فوجئت برفض الاتحاد طلبها في حين أنها لما عرضت عليه فكرة إقامة حفلة للاسائلة والطلبة وحب بالفكرة !!

♦ تآلف بكلية التجارة بجامعة القاهرة فريق للمسير على الاقدام تحت اشراف الدكتور عى الدين فريد استاذ الجغرافيا الاقتصادية وينتظر أن تقدم شركة ترام القاهرة احتجاجا !!

♦ أقامت جمعية العمارة بكلية الهندسة بجامعة القاهرة حفلتها السنوية بدار سينما راديو يوم الاربعاء ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤ وقد اشترك في احياء الحفلة على فراج وشهر زاد وعبد المطلب ونجاح سلام وسلمان والفار والراقصة كيتي.

♦ قامت هيئة خريجي القسم الفرنسي بالاشتراك مع طلبة القسم الفرنسي برحلة الى انشاص يوم الجمعة ١٢ فبراير سنة ١٩٥٤

♦ بدأ تمرين الدفعة الثانية من طالبات العرس الوطني بكلية آداب القاهرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤.

♦ ألقى الدكتور محمد صقر خلفا محاضرة عن «محاكمة سقراط» نظمتها الجمعية الفلسفية بكلية آداب القاهرة يوم الخميس ١٨ فبراير سنة ١٩٥٤

♦ عقد قران احدى الزميلات بكلية حقوق القاهرة على احدى الزملاء بكلية طب القصر العيني فتهانينا.

♦ أقامت كلية هندسة القاهرة حفلتها السنوية الكبرى بدار سينما راديو مساء الاربعاء ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤ وقد اشترك في احيائها شادية وعبد المطلب وكيتي وغيرهم

♦ دعا الدكتور رشاد رشدي الاستاذ بكلية آداب القاهرة ٥١ طالبا وطالبة في منزله لتناول الشاي وقد اشتركت السيدة الفاضلة حرمه في استقبالهم والترحيب بهم ويهدف سيادته بذلك الى تنمية روح الثقة بين الطالب الجامعي واستاذة.

♦ تقيم جمعية دراسة المجتمع بآداب القاهرة حفلتها السنوية الكبرى للتعارف يوم ٢ مارس القادم

♦ تبدأ أولى مباريات « مسابقة الجامعة للتمثيل » بين جامعة القاهرة وجامعة الاسكندرية على قناع رمسيس الذهبي في منتصف ابريل القادم على مسرح دار الاوبرا

♦ تقيم دار الاوبرا حفلة خاصة لطلبة وطالبات المعاهد العلمية حيث تقدم فيها فرقة جوليا بيرتو في مسرحية « السيد » كورنى وذلك في الساعة الثالثة من بعد ظهر يوم الجمعة ١٢ مارس سنة ١٩٥٤

♦ قدمت جماعة الثقافة الموسيقية بكلية علوم القاهرة قطعتين من موسيقى كورسكوف وروسينى من ١٧ فبراير سنة ١٩٥٤

♦ ستألف المدينة الجامعية في الاسكندرية من ثلاثة مبان كبرى اثنان منها ستخصص للطلبة والاخر للطالبات وقد أرسلت الجامعة الى خمسة عشرة جامعة امريكية لتوافيها بتصميمات مبانيها الجامعية للاستعانة بها.

الدكتورة درية شفيق بين الاستاذ محمد زكى عبد القادر والدكتور محمد عبد المنعم بدر أثناء مراجعة شروط المسابقة على الكاس التي خصصتها الدكتورة لاحسن صحيفة جامعية

♦ بلغ عدد الكليات المتبارية على كاس الاستاذ يوسف وهبى تسع كليات - وستبدأ المباريات في اول مارس القادم على مسرح حديقة الازبكية وتستمر شهرا كاملا وتتكون لجنة التحكيم من حضرات الاساتذة عزيز أباطه وعبد الرحمن صدقى واحمد رامى وحسين رياض وعماد حمدي وعز الدين ذوالفقار والدكتورة درية شفيق.

♦ وافقت الانسة سهام صبحي الطالبة بكلية حقوق القاهرة الطالبات العراقيات أثناء وجودهن بالقاهرة في اجازة نصف السنة في كل تنقلاتهن فاعطت بذلك مثلاً أعلى لنبل اخلاق المرأة المصرية

♦ زارت جامعة القاهرة يوم الاثنين ١٥ فبراير سنة ١٩٥٤ بعثة من محطة التليفزيون بروما لاعداد برنامج خاص عن الجامعات المصرية لعرضه في ايطاليا.

انسة الفت محمود - تجارة القاهرة :

الحاق الطالبات بوظائف بالسلك السياسى والنيابة ومسؤولاتهن برملاتهن عند التخرج . ان المرأة يجب أن تساوى مع الرجل في الحقوق والواجبات .



آنسة عطيات على أحمد - حقوق القاهرة

الفاء رسوم المكتبة حتى يتسنى لجميع الطلبة والطالبات استعارة الكتب وانشاء ناد خاص بالطالبات. في سائر الكليات اسوة بكلية التجارة .



نحن نقترح

يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التي ترد إلينا... وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام في حدود القانون والنظام... وترجو ان ترقى بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم...

شركة مصر للغزل والنسيج

مصانفها بالمحلة الكبرى

تنسج

جميع أصناف المنسوجات
للستيدات والرجال
بها تشكيلة كبيرة من
الرسومات الحديثة
ذات الألوان الثابتة

فامات
دا بولانان
طبعات صر بمى ر صالى



توجد في جميع المحلات التجارية



الطريقة :

- ١ - افرمى اللحم البتلو فرما ناعما جدا واخلطه بلحم السجق ويمكنك الاستغناء عن السجق واخذ كل الكمية من اللحم البتلو : ويفرم ناعما جدا
- ٢ - اضيفى اليه عصير البصل وفتات الخبز الافرنكى البائت والملح والفلفل والبهار واخلطى الجميع جيدا ولزيادة نعومته دقيه جيدا فى الهاون حتى ينعم اللحم جدا ويصير كالعجينة
- ٣ - اضيفى اليها البيضة وتعجن بها لتتماسك
- ٤ - ابرمى اللحم على المنضدة على شكل اسطوانة مستطيلة
- ٥ - احضرى فوطة او قطعة قماش بيضاء نظيفة وافردىها امامك على المنضدة ورشيها بقليل من الدقيق ثم ضعى عليها اسطوانة اللحم ولفيها فى الفوطة لفا محكما واربطى طرفى الفوطة بدوابة
- ٦ - ضعى اسطوانة اللحم فى الماء المغلى ومعها قطعة كرفس وبصلة وجزر وغطى الاناء واتركى الجميع على النار لمدة ساعة حتى ينضج اللحم
- ٧ - يرفع من الماء ويفك الخيط والفوطة بخفة ولفى اللحم بعد ذلك فى ورقة شفاف واتركيها تهدأ قليلا ، ثم اقطعى جزءا منها الى شرائح بسكين حاد جدا والا تكسرت
- ٨ - قدميها فى طبق صينى مستطيل وزخرفى الطبق بالبطاطس البيوريه ووحدات من الجزر الافرنكى وقليل من المقدونس المفروم وذلك اذا كنت ستقدمينها للاكل ساخنة : اما اذا رغبت فى تقديمها باردة فاستبدلى البطاطس البيوريه والجزر بالخس وحلقات الطماطم

الأرز الريفى المفلفل

المقادير :

- | | |
|-------------------|---|
| ١ كوب ارز | ١ بصلة كبيرة |
| ٢ كوب ماء | ٤ بيضات او اكثر حسب الرغبة وعدد الاكلين |
| ٢ ملعقة سمن كبيرة | ملح وفلفل |

الطريقة :

- ١ - افرمى البصل وحمريه فى السمن المقدوح حتى يصفر لونه فقط ثم اضيفى اليه كمية الماء وقليل من الملح ويترك على النار ليغلى
- ٢ - اضيفى الارز بعد غسله وهدئى النار وغطى الاناء واتركى الارز حتى يتشرب معظم مائه

سلطة الحمص

المقادير :

حوالى ١/٨ اقة حمص شامى لكل ١/٢ رطل طحينية ، قليل من الثوم المدقوق ، عصير ليمونتين . او خل

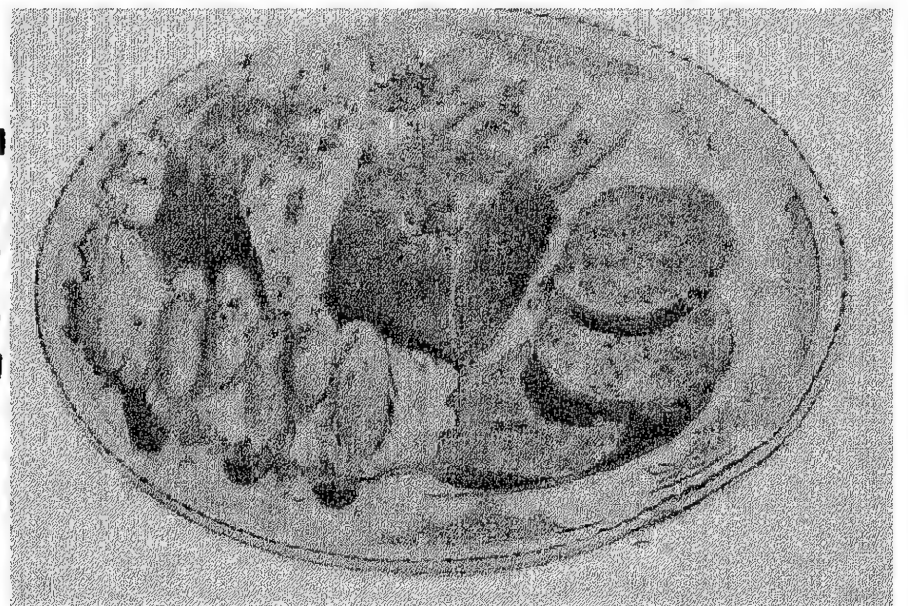
الطريقة :

- ١ - اسلقى الحمص وقشريه من قشرته البيضاء الخارجية ثم دقيه فى هاون رخام او جرن . واحذرى عدم استعمال الهاون النحاس حتى لا يتغير لون الحمص . ثم صفيه من منخل سلك حتى تحصلى على بيوريه ناعم جدا من الحمص
- ٢ - اخلطى الحمص المصفى بالطحينية فى وعاء صينى ثم اضيفى عليه الثوم بعد دقه جيدا وكذلك الملح
- ٣ - يعجن بعصير الليمون او الخل مع قليل من الماء حتى تحصلى على قوام السلطة المضبوط واحذرى الا تكون سائلة
- ٤ - اضبطى الطعم بالملح والفلفل ثم اغرفيها فى طبق السلطة الخاص وزخرفى السطح برشه بقليل من الزيت وقليل من المقدونس المفروم

اسطوانة اللحم المفروم

المقادير :

- | | |
|-----------------------|------------------|
| نصف رطل لحم بتلو صغير | نصف كوب فتات خبز |
| من الفخذة مفروم ناعم | افرنكى بايت |
| نصف رطل لحم سجق بقرى | ١ بيضة للعجن |
| او يستغنى عنه | ملح وفلفل وبهار |
| | عصير بصله صغيرة |



البسبوسة

اجابة لرغبة الكثيرات من القارئات اعيد نشرها . ولكي تحصلى على نتيجة ناجحة في عمل البسبوسة انبهك الى مراعاة شيئين مهمين : اولهما التأكد من صحة نوع السميطة المستعمل ومراعاة ان يكون من النوع الخشن واحسن نوع هو ما يعرف بالسميطة الفرنساوى رقم ١ ويمتاز بخشونته لان السميطة الناعم يسبب ثقلها وجفافها . وثانيهما : عدم عقد الشربات المستعمل لدرجة تخينة بل يجب ان يكون خفيفا . وضرورة صبه على البسبوسة فورا حالة خروجها من باب الفرن وهى ساخنة

المقادير :

١ اقة سميطة خشن	ماء دافىء للعجن
(فرنساوى رقم ١)	٣ كوب ماء
١/٤ اقة سكر	١/٤ رطل سمن
سنتر فيش	لوز مقشر للتجميل

الطريقة :

- ١ - اخلطى السميطة مع مقدار ٣/٤ اقة سكر
- ٢ - خذى باقى مقدار السكر وهو ١/٢ اقة وضعيه فى حلة مع مقدار الماء (٣ كوبات) وارفعيه على نار هادئة ويترك حتى يذوب ويغلى مدة ٥ دقائق على الاكثر حتى لا يشخن ثم يرفع من على النار ويترك حتى يبرد
- ٣ - امجنى السميطة المخلوط بالسكر الجاف بمقدار من الماء ولا حظى ان يكون العجن عن طريق الدلك براحة يديك وبقوة مع اضافة الماء الدافىء جزءا بجزء حتى تحصلى على عجينة يابسة تترك اصابعك عليها اثرا ولكن سهلة العمل عليها واحذرى الا تزيد عليها الماء فيسبب تلفها وجفافها
- ٤ - ادهنى صينية بالسمن دهنا جيدا وضعى فيها عجينة البسبوسة وافردىها فيها بيدك حتى تتساوى وتفرد فى الصينية ثم قطعيها بالسكين الى خراطات مربعة ويجب ان تكون علامات السكين ظاهرة . اذا كان قوام العجن مضبوطا
- ٥ - زخرفى السطح بوضع لوزه مقشورة فوق كل قطعة
- ٦ - اقدحى مقدار السمن (١/٤ رطل) جيدا ثم رشيه وهو ساخن فوق الصينية
- ٧ - تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر وجهها وتنضج
- ٨ - تخرج من الفرن وبمجرد خروجها وهى لا زالت قرب باب الفرن تسقى بجميع مقدار الشربات وغطى الصينية بغطاء حلة واتركيها مغطاة حتى تشرب جميع الشربات
- ٩ - قطعيها الى خراطات حسب العلامات الظاهرة ورضى القطع فى طبق صينى مسطح مفروش بورقة مسن الدانتيل وتقدم

٣ - قرب مرحلة النضج وقبل تشربه للجزء الاخير من الماء قلبى الارز مرة واحدة وذلك ليختلط البصل بالارز

٤ - اعملى حفر فى الارز واكسرى فى كل حفرة بيضة ورشى فوقها قليلا من الفلفل وغطى كل بيضة بالارز وهكذا حتى ينتهى مقدار البيض الذى ترغبينه

٥ - غطى الاناء وهدئى النار واتركى الارز حتى يتم تشرب الماء ويتم نضجه ونضج البيض داخله

٦ - عند التقديم اغرفيه فى الطبق المسطح ويقدم ساخنا

ملحوظة :

يمكنك عمل هذا النوع من الطواجن او فى الصينية وفى حالة استعمال الصينية انقلى اليها الارز قبل اضافة البيض وفى هذه الحالة تقدم الصينية كما هى على المائدة

كعكة بنت النيل

لذيذة الطعم واقتصادية وقدميها لاولادك مع فنجان من الشاي عقب عودتهم من المدراس او فى الفطار مع الشاي . وكذلك يمكنك ان تقدميها لزائريك مع فنجان من الشاي او القهوة :

المقادير :

١/٢ كوب سمن جامد او نباتين	١ ملعقة صغيرة مسحوق زنجبيل
٥ ر١ كوب سكر بودرة	٦ بيضات
٥ ر٢ كوب من الدقيق	مكسرات اذا رغبت فيها
١ ملعقة كبيرة مسحوق القرفة	لبن حسب الحاجة

الطريقة :

- ١ - اضربى السمن جيدا حتى يصير خفيفا هشاً ثم اضيفى اليه السكر تدريجيا مع الاستمرار فى الضرب حتى يصير خفيفا هشاً كالكرامة
- ٢ - اضربى البيض جيدا ثم اضيفيه جزءا بجزء على خليط السمن والسكر واضربى الجميع جيدا حتى يمتزج
- ٣ - اخلطى الدقيق بالخميرة والقرفة والزنجبيل خلطا تاما . ثم تضاف تدريجيا الى المزيج السابق مع التقليب الجيد حتى يمتزج الجميع واطافة جزء من اللبن ان احتاج الامر وحتى تحصلى على عجينة سهلة الانزلاق من المعلقة
- ٤ - صبيها فى صينية مدهونة جيدا بالسمن ومرشوشة بالدقيق
- ٥ - تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج
- ٦ - تقلب فوق منخل سلك واتركيها حتى تبرد تماما ثم يرش وجهها رشا خفيفا بقليل من السكر البودرة
- ٧ - قدميها صحيحة كما هى او قطعيها الى قطع ورضيها فوق طبق صينى مسطح مفروش بورقة من الدانتيل

كريمة المشمش بالالمظية

المقادير :

باكو المظية ليمون جاهزة
(وتباع في محال البقالة
الكبيرة)
علبة صغيرة مشمش محفوظ
ملعقة كبيرة ونصف دقيق قليل من الفانيليا

الطريقة :

١ - صفى الفاكهة من الشراب ويكال ثم يكمل بالماء الساخن ليصل مقداره الى كوبتين .
٢ - قطعى الفاكهة قطعاً مناسبة .

٣ - سخنى عصير الفاكهة المخلوط بالماء ثم أذيبى فيه باكو المظية الليمون ويقلب من حين لآخر حتى تذوب الجيلاتين عن آخرها وتحلى بالسكر ويضبط طعمها ثم ضعيفها في سلطانية واطركيها في مكان بارد وعند ما تدخل في مرحلة التجمد أضيفى اليها الفاكهة المقطعة وتقلب فيها لتمتزج .
٤ - تصب في قوالب متعددة بحسب عدد الأكلين أو في قالب واحد كبير بعد بله بالماء ولا حظى الا تملئى القوالب أكثر من نصفها فقط ثم اتركها حول الثلج لتبرد .

٥ - صفى الكورن فلور في سلطانية ويحل بقليل من اللبن البارد ثم صفى باقى مقدار اللبن ليغلى على النار بعد تحليته بالسكر .

٦ - أضيفى اللبن المغلى الى الدقيق المحلل مع التقليب السريع المستمر ثم يعاد الى الكزولة ويرفع فوق النار الهادئة مع التقليب المستمر لمدة خمس دقائق حتى ينضج الدقيق ويغلظ قوام المهلبية .

٧ - اضبطى الطعم وأضيفى الفانيليا واطركيها لتبرد ببطء وقلبيها من حين لآخر حتى لا تتكون لها طبقة سطحية .

٨ - عند ما تهدأ تصب فوق المظية الموجودة في القوالب لتكمل القوالب وتمتلئ .

٩ - تترك حول الثلج حتى يكمل تجمدها

١٠ - عند التقديم اغمسى قاع القالب فقط في ماء دافئ ثم يقلب في طبق بللورى مسطح وتقدم للاكل مثلجة .

الماسبية الفراولة باللبن

المقادير :

١ رطل لبن
٣ ملاعق كبيرة ماء ساخن قليل من اللون الاحمر ان احتاج الامر
كريمة مخفوقة للزخرفة
سكر للتحلية

الطريقة :

١ - يغلى اللبن ويحل بالسكر ويترك حتى يهدأ .
٢ - أذيبى الجيلاتين في مقدار الماء الساخن ثم أضيفيها الى اللبن الدافئ ثم يترك في مكان بارد وعند ما يدخل المزيج في مرحلة التجمد أضيفى عليه عصير الفراولة ثم اضبطى الطعم وأضيفى قليلا من اللون الاحمر ان احتاج الامر لتحسين اللون .

٣ - صبى المزيج في قالب مبلل بالماء ويترك في الثلاجة أو حول الثلج حتى تجمد وتتماسك الالماسبية .

٤ - عند التقديم تقلب في طبق بللورى مسطح ويزخرف سطحها بوردادات من الكريمة المخفوقة وتقدم .

طعام فى مارس

الاثنين ٨ مارس

طعمية ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين اول مارس

مسقعة باذنجان بدون لحم ، سلطة زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الثلاثاء ٩ مارس

بازلاء خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الثلاثاء ٢ مارس

لحم بالدمعة ، قلقاس بالخضرة ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الأربعاء ١٠ مارس

خرشوف بالتربية ، أرز مفلفل بصلصة الطماطم ، سلطة خضار ، فاكهة

الأربعاء ٣ مارس

فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز ريفى بالبيض ، سلطة طحينة ، فاكهة

الخميس ١١ مارس

فاصوليا جافة مكمورة بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ٤ مارس

كباب حلة ، خبازة ، دمع ، أرز مفلفل ، مخلل فاكهة

الجمعة ١٢ مارس

باميا جافة (ويكه) أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ٥ مارس

محشو كرنب ، دمع ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ١٣ مارس

كوسه مكمورة ، مكرونة ، مخلل ، فاكهة

السبت ٦ مارس

فول اخضر مكمور ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الاحد ١٤ مارس

صينية بطاطس باللحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاحد ٧ مارس

مسقعة قرنييط بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ١٥ مارس

عدس مطبوخ ، سلطة خضار ، أرز مفلفل ، فاكهة

خضروات النسخ

والكلى وبه نسبة عالية من الحديد وغنى بفيتامين ج البطاطس :

أما البطاطس فتحتوى على كمية من فيتامين ب ، ج وهى غنية جدا بالمواد النشوية ولذلك فهى تمتزج مع الدهون ويمتصها كالزيت والسمن وكذا تمتزج بالبيض والسكر وهى طعام مغذ جدا خصوصا للأطفال والناقهين لسهولة هضمه وقد تخلط بدقيق القمح لعمل الخبز ويحصل منها على سكر الجلوكوز بتحويل النشا ويمكن اعتبار هذا النبات من الاغذية الاساسية .

البطاطا :

تشبه كثيرا البطاطس فى تركيبها الغذائى واحتوائها على الفيتامين الا أن نسبة السكر بها تزيد عن البطاطس وتؤكل مشوية أو مسلوقة أو يعمل منها بعض أنواع الحلوى ولهذا النبات قيمة خاصة فى التغذية وبخاصة للأطفال حيث تحتاج أجسامهم للبناء .

الخيار :

والخيار غنى بفيتامين ج مع نسبة متوسطة من فيتامين ا ويحتوى على كثير من الاملاح المعدنية التى من أهمها الصوديوم والكلسيوم والمغنسيوم والفوسفور وكذا السكر والسليولوز وهو يطفىء العطش ويساعد على إفراز العصير الصفراوى وينظمه كما أنه يدر البول ويفتت الحصى ويمتص آلام التبول « حرقان البول » ويسكن الصداع ويقي من اليرقان وعصيره اذا طلى به الشعر منع تولد الحشرات فيه واذا طحن ودلك به الجسم منع الحرارة والجرب فضلا عن أنه ينعم البشرة ، ولكنه من النباتات الرديئة الهضم ومولد للغازات وأكله بقشره أفيد من تقشيريه .

على شمعبان

المدرس بالجيزة الإعدادية الثانوية

الكوسة :
أما الكوسة فثمارها ممتلئة بذورا طاردة للديدان وبخاصة الدودة الشريطية تقيده الهضم ولذلك تناسب انفاهين وضعفاء المعدة وعجنتها الساخنة تنفع فى الرضوض والحروق .

الطماطم :

أما سيدة الخضار فهى الطماطم ولا تكون مبالغين اذا قلنا انها سيدة الخضار والفاكهة أيضا فهى مصدر ممتاز وهام لفيتامين ج ، وغنية بفيتامين ب كما تحوى نسبة لا بأس بها من فيتامين ا ، د ولذلك كانت قيمتها الغذائية كبيرة من حيث احتوائها على البروتين والمواد السكرية والدهنية والاحماض النافعة ولغناها بالبكتين ومركبات هامة من الحديد والصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والمغنسيوم وهذه كلها تقيد الجسم وتقويه وتساعد على بنائه كما أنها مبردة وتساعد على ادرار البول .

الكرفس :

والكرفس نبات عطري يزيل عسر البول ويذيب الحصى ويشفى الربو وعسر التنفس ويطرد الغازات ويمنع المغص ويطفىء العطش الشديد ويفيد المصابين بعرق النسا ومخلوطه بالنشادر يجلو النمش وهو يخلط بالماكولات أو يستعمل فى السلاطة . . يعطى المأكولات طعما مقبولا فيفتح الشهية ولا يجسن اعطائه للحوامل . وهو غنى بالكلسيوم والصوديوم والبوتاسيوم كما يستعمل عصيره ضد الروماتزم .

السلق :

تؤكل أوراقه كالسبانخ وهو يدخل فى كثير من الاطعمة ومطبوخه ملين ومدر للبول ومفيد فى التهاب المثانة

١٥ جراما من أوراقها فى لتر ماء فانه يلطف حدة السعال والزكام .

الخرشوف

أما الخرشوف فهو نبات غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة قليلة من فيتامين ب ، ج كما أنه غنى بمركبات الحديد فيكثر الدم وهو مقوى للقلب مفيد فى حالة اليرقان ويحتوى كذلك على كمية كبيرة من المواد النيتروجينية « الازوتية » والكربوهيدراتية ويحتوى أيضا على عناصر الصوديوم والكلسيوم وخمض الفوسفوريك وهو منعش للقلب مفيد لأمراض الصفراء والروماتزم كما أنه ملين ومغذ جدا ويوصف كعلاج فى حالة مرض السكر .

الهليون « كشك الماظ » :

يمتاز باحتوائه على كمية كبيرة من الفوسفور ولذلك فانه يفيد كثيرا الذين يقومون بمجهود عقلى ويقوى الاعصاب كما أنه غنى بفيتامين ا ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ج وهو يساعد على ادرار البول .

الفول الرومى :

من أغنى البقول بالبروتين ويحتوى على كمية كبيرة جدا من النشا ومنقوع أزهاره يفيد مرضى البول السكرى شربا .

الفاصوليا الخضراء :

لها قيمة غذائية لاحتوائها على فيتامين ب ، ج كما تحتوى على عناصر بروتينية وكربوهيدراتية .

اللوبياء الخضراء :

تفضل الفول وأكلها يفيد الكلى ويمنع آلام الظهر كما أنها غنية بفيتامين ب وثمارها سهلة الهضم اذا كانت رطبة « غير جافة » .

خضروات الربيع

يمتاز فصل الربيع بأنه فصل الزهور والخضر وتكثر فيه أنواع الخضروات التى تمتاز بقيمة غذائية عالية وفوائد طبية ومن هذه الخضار

الجزر :

البرتقالى المشهور بالفرنجى ويستعمل فى المخللات وسائر المأكولات المطبوخة لقلّة المواد السكرية فيه ومنه البلدى وأجود أنواعه الاحمر المصفر المتوسط الحجم والجزر غنى جدا بفيتامين ج ويحتوى على نسبة لا بأس بها من فيتامين ب ونسبة قليلة من فيتامين ا كما يحتوى على نسبة كبيرة من أملاح الحديد والكلسيوم وأكله يفيد الصدر ويمنع البلغم ويشفى الكحة كما يفيد الكبد والمعدة ويدر البول ويجدد الدم ، وبذره المغلى يدر البول أيضا ومطبوخ الجزر له هذه الخواص أيضا ويشفى آلام الظهر .

الاسفاناخ « السبانخ » :

نبات غنى بفيتامين ا ، ج ويحتوى على نسبة عالية من فيتامين ب والكيلو جرام من الاسفاناخ يحتوى على نحو ٢٦ ملليجرام من الحديد وهى نسبة كبيرة يندر أن توجد فى مثلها من الخضار ولذلك فانه يفيد الناقهين والمرضى بفقر الدم « الانيميا » كما تحتوى على أملاح الكلسيوم والبوتاسيوم والمغنسيوم والفوسفور وكلها تساعد على بناء أنسجة الجسم وتقويه العظام ، كما تحتوى على كمية من البروتين والكربوهيدرات . وأجودها ما كان شديد الاخضرار وهى تصلح لليرقان وأمراض الصدر وتقاوم العطش . . وأوراقها تشفى الاورام اذا ضمدت بهما كما أنها ملطفة للحروق اذا غلى مقدار ٣٠ جراما من أوراقها أو جذورها فى لتر ماء وغسلت به مواضع الاصابة ، أما اذا شرب منقوعها الناتج من اغلاء مقدار

حل مشاكل

غلطة العمر

تزوجتها لجمالها الباهر دون أن أختبر طباعها وميولها .. ولم تمض الاشهر الاولى على زواجنا حتى دب الخلاف بيننا وبدأت حلقاته تتسع يوما بعد آخر .. حتى أصبحت أفكر فى الانفصال عنها تخلصا من الحياة الباردة التافهة التى أعيشها معها .. فهى متحفظة رجعية فى أفكارها متعلقة بكل تافه سخيف من التقاليد ، وأنا على طرف نقيض من ذلك بحكم ثقافتى العالية وهى لي للتحضر والمدنية .. وأحسب أنك ستلمسين شقائى لو علمت أنها ترفض الخروج معى الى السسينما .. أو الاشتراك معى فى بعض الرحلات التى أنظمها أنا وبعض معارفى وزوجاتهن ، وهى لا تستطيع أن تفهم لماذا أحب الموسيقى أو القراءة .. رغم أنها متعلمة .. وأنا يا سيدتى شاب عصري مرح لا أستطيع تحمل حياة الجمود والروتين التى تعتقد هى أنها الحياة الهادئة المريحة التى تليق بالاسر المحترمة .. فهل لك وأنت التى تطالبين باخراج المرأة المصرية من التأخر والجمود ، هل لك أن تتكرمي بارشادى كيف يمكن لى اخراج هذه الزوجة المتأخرة من جمودها ورجعيتها .. اذا كنت لا توافقين على انفصالى منها .

حسنى م - حلوان

بنت النيل :

وهل من العصرية والمدنية يا سيدى أن يتزوج شاب مثقف مثلك من أنسنة لا

الامور من البداية .. فعليك الان أن تكفر عن تسرعك بارغام نفسك على التريث والتعقل .. وعندى أن الرجل المثقف هو وحده من يستطيع الارتفاع بمستوى زوجته مهما كانت ، فحاول أن تتقرب أولا الى نفسها باحترام شعورها وتجنب السخرية من أفكارها فلو أمكنك الحصول على ثقتها واطمئنانها كان فى مقدورك بعد ذلك توجيهها ورفعها تدريجيا الى مستواك حتى يأتى اليوم الذى تراها وقد خلقت من جديد ..

يعرف شيئا عن طباعها وميولها اكتفاء بحسنها .. انها الغلطة التى تفهمها ممن لم تتوفر فيهم الثقافة العالية والتمدين .. ولكنها تكون جريمة ممن فى حكمك .. لانها الغلطة التى لا تلبث أن تكون المعول الذى تنهار به الاسرة وهناءة الزوجين .. ولكن ما دمت قد تعجلت

سكتة كل يوم ..

ضجيت بكل شيء فى سبيله .. فتزوجته رغم ارادة اسرتى ، وبعد ان رفضت الخطيب الفنى الذى كانوا يعدوننى للزواج منه .. ولم اضمن عليه بهالى فدفعت له كل ما املك من مال ومجوهرات .. وتحملت قسوته فى معاملتى .. ثلاثة أعوام هى عمر حياتنا الزوجية .. كل ذلك لانه ابن خالتى التى توفيت هى وامى ونحن - أنا وهو - ما زلنا بعد طفلين .. فوجد اليتيم بين نفسيها وبلغ حبى له وعطفى عليه الى هذا الحد الذى جعلنى اترك اسرة أبى التى تولت تربيته من أجل الزواج به حتى لا أتركه وحيدا فى الحياة .. وهو لا يملك شيئا حيث ما زال والده على قيد الحياة يعيش مع زوجة اخرى وأولاد غيره .. كل هذه التضحيات أقدمت عليها عن طيب خاطر وأنا ابنى آمالى على تقديره لموقفى منه حتى استكمل علومه وصار رجلا مثقفا محترم المركز .. ولكن آمالى لم تلبث أن انهارت جميعها من الشهر الاول الذى تناول فيه مرتبا عند ما تخرج وأصبح طبيبا .. فقد تغيرت معاملته لى وبدأ يعبرنى بأن ثقافتى ومركزى لا يليقان به وبالمستقبل العظيم الذى ينتظره .. وزاد آلامى ان علاقته مع الاخريات الان تأخذ شكلا علنيا لايحاول أن يخفيه عنى على الاقل مراعاة لشعورى وكرامتى .. لقد استقر رأيى نهائيا على التخل عنه والهروب من حياة الهوان معه .. ولكن اين اذهب وقد ضاع مالى وفقدت من أجله عطف أهلى .. وليس لدى استعداد شخصى يساعدنى على حياة العمل بحكم نشأتى المترفة ..

زوجة حائرة - الخلمية

فاز استفتاء الشهر الماضى بأكبر كمية من ردود القراء .. وقد عبرت احدى المشتركات فى الاستفتاء عن سر الاهتمام بهذا الاستفتاء بالذات بأنها مشكلة المجتمع المصرى ، بل الشرقى جميعا ، وهناك رأى طريف ل احد الرجال وهو أن على الزوجة أن تتظاهر بالموافقة على معاشره الضرة الجديدة لتستدرجها الى بيتها ثم تعمل هى وأولادها على تطفيشها بكل وسيلة ولكن الاغلبية فى الآراء التى أمامى تدور حول ضرورة ترك حياة الذل والالتجاء الى القضاء لضمان حقوقها وأولادها لانه لا يستحق شرف حب أولاده ..

مرض الشباب

مشكلتى يا سيدتى هى اننى شاب فى التاسعة عشرة من عمرى .. فى صحة كاملة وحالة ميسورة .. لا تشغلنى مشاكل عاطفية ولا مادية .. رياضى - مجتهد فى دروسى بعض الشيء .. ومع ذلك فأننى أشكو القلق والضيق فى معظم أيام الاسبوع .. ولما كنت لا أدري لهذه الحالة سببا أو علاجا .. فقد فكرت فى أن ألجأ اليك أطلب نصحك وتوجيهك خوفا من أن تؤثر هذه الحالة فى تكوين شخصيتى وأعصابى ومستقبلى ..

وديع عطا الله - القاهرة

بنت النيل :

تنشأ هذه الحالة لسبب من ثلاثة أسباب .. فاما أن يكون الشاب قد أرغم على سلوك طريق فى الحياة لا يرضى ميوله واتجاهاته الفطرية .. أو أنه يعانى من أزمة جنسية أو عاطفية راسبة فى احساسه وعقله الباطن .. أو ربما كان السبب راجعا لحالة نفسية بسبب الفراغ أو البيئته أو انعدام الاصدقاء أو ضعف الشخصية التى تولد فى حالة من الخوف والقلق وعدم الثقة فى النفس والمستقبل ..

ولذلك فأننى أنصحك أن تتولى بنفسك أمر معالجة هذه الحالة التى تشكو منها .. ولتكن صريحا مع نفسك حتى تتمكن من تحديد السبب .. ومتى وفقت الى ذلك أصبح العلاج ميسورا ولن يكلفك سوى المبادرة الى التخلص من هذا السبب بوسائل طبيعية .. وثمة نصائح عامة تساعدك على ذلك وهى أن تكثر من ممارسة الرياضة وأنشاء علاقات صداقة مع من تثق فى اخلاصهم من

زملائك الذين في سنك . وأن تجتهد في إبعاد خيالك عن المسائل الجنسية والانفعالات العاطفية وأن تحاول شغل الفائض من وقتك في هواية من الهوايات أو القراءة أو الرحلات .

حياتنا الزوجية .. حرب

ماذا تفعل الزوجة عندما تقف على خيانة زوجها لها مع أقرب صديقاتها .. إذا كانت أما لثلاثة أطفال وعاشقة لهذا الزوج الخائن ، هل تكشفه بعلمها بخيائنه لها .. هل تترك له البيت غاضبة لعله يخجل من تصرفه .. أو هل تحاول نزع حبه من قلبها بعد أن أثبتت خيائنه أنه غير جدير بحبها ، هذه يا سيدتي وغيرها من الاسئلة المعقدة جعلتني أعيش في دوامة من التفكير فيها حتى أوشكت أعصابي أن تنهار أو يذهب عقلي مع آخر خيط من ثقتي في زوجي الذي عشت حياتي على أمل حبه وإخلاصه لي .. وكثيرا ما أهدم بيتي ومستقبلي وجهه .. ثم أمسك أشفاقا من هدم بيتي ومستقبلي أطمالي .. ولكن أعود فأتهم نفسي بالجنون الذي يولده في نفسي شدة حبي لزوجي .. فهل لك أن تنقذيني من هذه الآلام التي لا أجد السبيل إلى التخلص منها بما يعيبني زوجي أو علي الاصح ثقتي فيه وفي نفسي فقد أصبحت أشعر أن هربه مني ربما كان لنقص في شخصي أو أنوثتي بعد أن كنت شديدة الاعتزاز بثقتي في نفسي !

مديحه .. ع - الزمالك

بنت النيل :

إذا كان هناك نقص .. فهو ولا شك في نفسية حضرة الزوج الذي لم يجد من ضميره وأزعا ينقصه من ارتكاب هذه الجريمة المزدوجة وهي خيائنه لزوجته التي تفيض مشاعرها بحبه .. إلى جانب اغرائه صديقتك على

التنكر لحق صداقتكما ولكني مع ذلك أنصحك ألا تتماذى في التفكير في الامر .. ويؤسفني أن أصارحك بأن التجارب قد أصبحت تؤكد أن مثل هذه التصرفات المخجلة يمارسها كثير من الرجال المتزوجين في منطق عجيب اذ يحاولون تبرير جريمتهم في حق الزوجية بأن الامر يتصل بعلاقاتهم الزوجية وهو منطق رغم ضعفه الا أنه يحمل بعض العزاء للزوجات .. ورأيت أن تحاولي ما أمكنك عدم مصارحته بوقوفك على سره وأن تبعدى عن ذهنك فكرة الغضب ، فالببت بيتك أنت وأطفالك وعليك أن تبدلي جهدك في سبيل كسب مشاعر زوجك دون أن تشعريه بالسبب في اهتمامك به .. وسترين أنك بحنوك وعفوك ستنتصرين .. فالحياسة الزوجية يا سيدتي ميدان حرب والزوجة الضعيفة هي التي تلقى سلاحها وتهرب من أول معركة ..

بين العاطفة والضمير

حدث أن غادرت بلدتي في الصعيد في الشتاء الماضي لزيارة خالتي في القاهرة ، وهناك التقيت بابن خالتي

الى رئيس التحرير

سـيـدتي :

لم أجد من الجأ إليه اطلب المشورة في مشكلتي سواك . حيث أن وضعي في بيتي لا يجيز لي وأنا الفتاة الصغيرة أن اتحدث صراحة إلى أبوي في شأن زواجي ومستقبلي ، كما أنني لا أستطيع مواصلة الصمت وأنا أرى فرصة زواجي من الرجل الذي اختارني والذي ارتضاه ضميري توشك أن تضيق من حياتي دون أن أجد من اتحدث إليه في ذلك بعد أن رفضت عائلتي الموافقة على زواجي منه بحجة أنه موظف بسيط وعلى درجة متوسطة من العلم لا تصل إلى المؤهلات العالية التي يملكها أزواج فتيات عائلتنا .. في حين أن معرفتي بهذا الخطيب اقنعني بسمو خلقه واستقامته .. فهل استمر في عدم التدخل في الامر أو هل يجوز للفتاة أن تبدي رأيها في شأن زواجها ؟

ان حق الفتاة في الاشتراك مع أسرتها في الفصل في شأن زواجها هو حق طبيعي وشرعي . فقد اشترطت الشريعة موافقة الفتاة على خطبة من يتقدم لها . وقد حدث أن ذهبت فتاة الى النبي صلى الله عليه وسلم وقالت ان أباه قد اختار لها ابن أخيه للزواج به دون أخذ رأيها في ذلك .. فقال لها النبي .. لك أن تردى هذا الزواج ما دمت لا تستشارين فيه .. فتهلكت الفتاة وأجابته ليس لدى اعتراض على هذا الاختيار .. ولكن فقط أردت ان يعلم الاباء ان ليس لهم من الامر في ذلك شيء !

وهذه القصة تؤكد أن حق الاختيار في الزواج هو للفتاة قبل أي انسان آخر .. لانه أساس مستقبلها وحياتها هي .. ولكن ذلك لا يعني أن تتجاهل الحكمة في اشتراك الاهل في الرأي .. فمليك أن تصارحي أبويك برأيك وأنت مطمئنة .. وحاولي أن تقنعيهما بأن الخلق القوي والاستقامة والمهبة هي أسمى المؤهلات التي يجب أن تتوفر في الزوج قبل المؤهلات الدراسية والمظاهر الجوفاء .. مع تمنياتي لك بالسعادة .

رئيسة التحرير

هذه بحكم اقامتي في منزلهم ورغم انه متزوج وله ابنة طفلة الا أنه راح يلاحقني بمغازلته في الحاح حتى عدت الى بلدي وأنا أحمل بين جنبي عاطفة قوية له .. وما كنت أستقر في بيتي بعد عودتي حتى راحت رسائله تنهال علي تصف حبه لي واهجابه بجمالي .. وأخيرا سقطت احدي هذه الرسائل في يد والدي الذي أهانني كثيرا على ذلك .. فاضطرت لارسال خطاب لابن خالتي أرجوه فيه أن يوقف رسائله خوفا من شدة أبي وعقابه لي ولكن خطابي وقع بدوره في يد زوجته التي عرفت كيف تشير المسألة وتكبرها ..

والان عادت المسألة الى الشرح حيث تقدم ابن عمي لطلب الزواج مني .. ولكنني أخشى أن يكون قلبي لم يعد معي لازف به الى غير هذا الذي ملك مشاعري كما أخشى أن تصل قصة الخطابات المتبادلة بيني وبين ابن خالتي الى زوجي المنتظر فيستغلها ضدي في مستقبل معي ..

بنت النيل :

كان عليك أن تقدرى خطأ مراسلتك لرجل لن يكون لتطفله على حياتك وعواطفك نتيجة غير هذا الندم الذي تعيشين فيه .. ولصيححتي اليك هي أن تبدلي جهدك لتناسيه لان أية علاقة بينهما وبينك هي خيانة منه ضد زوجته وخيانة منك ضد الرجل الذي تقدم لمنحك شرف حمل اسمه .. وتستطيعين التخلص من الشعور بالخوف من كشف المسألة لزوجك بأن تبادري أنت الى مصارحته بالحقيقة لانك أقدر على اظهار براءة موقفك من غيرك .. وعندى أن الصراحة بين الزوجين في كل الامور هي أساس السعادة الزوجية وراحة الضمير ..



بسيـر بنتك النيل ..

ششوز بم ادهنى سيوت بروف او شن
خصوصا في المكان الذي تكبر فيه
الحبوب وان كان في هذه الحبوب
الفرارات فانصحك باستعمال سوزني
لوشن . والافضل ان تمرى علينا
في صالوننا بعمارة ايموبيليا لنتخير
نوع بشرتك ونقدم لك النصائح
الكافية .

سمو من م . بيروت : لحالة ترهل
البطن مارسى الالعاب الرياضية او
المساج وكذلك لتخفيف الوسط

شقيقة كمال : نظفى وجهك بملكي
لكويد كليتزرو ولا تساع المسام استعملى
بور كريم وللحبوب استعملى سيت
بروف كريم

حرم ص . سرور : عودى الى
الاجابة الموجهة الى ج.ك. حلب

زينات : استعملى لشعرك هير
تونك رقم ١ واغسله بيلو جراس
شامبو .

افسة ن . م . بالهرم لانفسلى
وجهك بالماء والصابون بل نظفيه
بكليتزنج كريم ثم استعملى سكين
تونك ثم اورنج سكين تود وللنجايد
حول العينين استعملى مسل اويل
وكمادات الشاي قبل النوم

السيدة ج.ح :
بليشنج كريم يصلح لحالات معينة،
نرجو افادتنا قبل ان نصحك
باستعماله عما اذا كانت هذه
البقع طبيعية أو منسببة. عن
جيوب

آئسة خيرية محمد - بالاقصر :
نرجو ارسال حواله بريدية
بمبلغ ١٣٣ قرشا صاغا أو يمكنك
الحصول عليه من محلات ماجليفراى
سيبور . ياسوان .

السيدة امينة فودة - جيزة :
لعلاج اليقشع السوداء نوصى
باستعمال كليتزنج كريم وسكين
تونيك لتنظيف البشرة. بدلا من الماء
والصابون . كما نوصى باستعمال
« آنتى براون ماسك » مرة في
الاسبوع . ويستحسن لو عرضت
نفسك على الاختصاصية بصالون اردن
لارشادك الى احسن الطرق للعناية
ببشرتك بدون مقابل .

قارئة : د.ب
نصحك باستشارة حلال
مختص لارشادك الى الطريقة
المناسبة .

بريد الجلال

تجيب على هذا البريد الزايت
اردن اختصاصية التجميل

هند بالفيوم : (١) للبقع التي
على الانف استعملى آنتى براون
ماسك ولكن لا تضعيه قرب العينين
لان الجلد حول العينين حساس
جدا (٢) لضعف الشعر استعملى
هير تونك رقم ٢ وفرشى شعرك
بقوة لمدة ربع ساعة قبل النوم
وادهنيه باليزايت اردن ودلكى به
جلدة رأسك لمدة ساعة قبل استعمال
الشامبو .

سيدة بالمنصورة : للشعر النامي
فى ذقنك استعملى اليزايت اردن
واكس رديكتور . وحالة ترهل
البطن مارسى التمرينات الرياضية
المناسبة لهذه الحالة لمدة عشرين
دقيقة يوميا

سهام على : استعملى بليشنج
كريم مرتين في الاسبوع للوجه
واتركيه لمدة نصف ساعة . اما
العنق والذراعان فاستعملى لها
بليشنج كريم أيضا يوميا واتركيه
لمدة ساعة . اما التواليت فليكن
خفيفا والوانه فاتحة من البودرة
والاحمر

مشتركة اروى مهنا : (١) نظفى
بشرة وجهك بكليتزنج كريم ثم ازيله
بكليتزنج سيوز واستعملى بعد
ذلك سكين تونيك ثم ادهنى فلنا
كريم وايت اور كريم . وكان بودنا
ان تمرى على صالوننا بعمارة
ايموبيليا لنقدم لك النصائح اللازمة
(٢) ايت اور كريم يباع في المحلات
الكبرى بالقاهرة

الحاترة بالقاهرة : اتصلى باحد
المحلات الكبرى في القاهرة واشترى
سورنج كريم

ج.ك. حاب : لزالة حب الشباب
يجب ان تهتمى اولا بالابتعاد عن
تناول المخللات والبهارات والفلفل
والمواد الدهنية والنشوية والحلويات
ثم اشربى مقدارا كافيا من الماء
يوميا بين الوجبات ونظفى بشرة
وجهك يوميا في الصباح وقبل النوم
بملكي لكويد كليتزرو ازيله بكليتزنج

اكرام جمال - دمشق :

لا بد انه قد انتابك ضعف
البض بعد هذه الولادة ولذا يجب
ان تعرضى نفسك اما على اخصائى
فى الغدد أو أمراض النساء
ع.ج. جلال :

لعلاج هذه الحبيبات يجب ان
تمتنع عن الحوادث والحريجات في
غذاك وكذلك الشيكولاتة وتقلل من
اكل الشبويات كالارز والمكرونات
والخبز والدهنيات . واكثرى من
الخضروات الطازجة والفاكهة
واللحوم الحمراء مع استعمال
صابون الكبريت للوجه بعد استشارة
الطبيب وعلاج أى مرض باطنى
موجود كأمراض الكبد والأمعاء
والامساك الزمن ولعلاج الشعر
بالوجه لا بد من عرض نفسك على
اخصائى فى الغدد ونفس الاخصائى
سينعطيك تفسيراً لصغر صدرك

الحاترة ادين ل. :
الامان القائمة في جسمك يمكن
علاجها باشعة اكس السطحية

انعام عبد الحميد :
ارجعى الى ما كتبناه للقارئة ن.
م. الحلمية

س.ع. دمنهور :
استعملى (الحناء السوداء أو ما
يسمى بالحناء البغدادي)

ع.ج.ا. طنطا :
استعملى د.د.ت. وادهنى
شعرها قبل النوم بمرهم زليق
الى ان يضيع مع غسل الرأس بماء
ساخن مرة كل اسبوع على الاقل
وتسريحه بنشط جرد

ج.م.غ. شرقية :
استعملى كمكدرات كالدريل كل
٤ أو ٥ ساعات اما بخصوص ازالة
الشعر الزائد فانه يرجع منه جزء
صغير لا يذكر

الانسة ت. محمود السيد
بالاسكندرية :
اقرئى العلاج المنشور في هذا
العدد قبلك مباشرة .

سعاد ب.ب. لبنان :
استعملى ايها فالانسان مفيدان
قبل النوم نظفى وجهك بكريم
تنظيف ثم ضعى كريم مغذيا للبشرة

ملك محمود احمد اللبان :
اعرضى نفسك على اخصائى
الغدد

بريد الجلال

يجيب على هذا البريد طبيب
بنت النيل الخاص

ن.م. الحلمية الجديدة :
استعملى لشعرك دواء جاهزا
اسمه سلسن وبداخله طريقة
الاستعمال وأفيدى المجلة اذا كان
بشعرك قشرا لا

انسة ر.ص - فاقوس :
ارجعى الى ما كتبناه للقارئتين
س.ا. الفايتى و.ع. جلال

امتنى معلوماتك التاريخية الاجابة الصحيحة

« انظرى ص ١١ »

- ١ - السنوسية .
- ٢ - فرنسا .
- ٣ - طرابلس .
- ٤ - زيور .
- ٥ - كل هذه الموانى .

كوريس

كربون - شريط الكاتبة
تستعمله السكرتيرة الماهرة



KORES

دروس في التجميل

في نادي اتحاد بنات النيل



ب) مزيل الماكياج • ج) كريم مغذ

وفي أثناء الاستراحة تقدم اليزابث آردن الشاي والقهوة والبسكويت الخ • • •

فسارعى بتقييد اسمك قبل موعد الدرس بأسبوع واحد على الأقل في نادي

اتحاد بنات النيل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ صباحاً فقط من العاشرة الى الساعة الواحدة تليفون ٤٠٦٨٤ و ٤٩٦٦٨

والدرس الاول يبدأ يوم الاربعاء الموافق ١٠ مارس سنة ١٩٥٤ الساعة الرابعة تماماً بعد الظهر •

يسرنا أن نرف الى قارئات بنات النيل وصديقاتها بشرى قيام مندوبة اليزابث آردن بالقاء دروس في التجميل كل يوم أربعاء من الساعة الرابعة الى الساعة مساء في نادي اتحاد بنات النيل بشارع قصر النيل رقم ٤٨ « الدور الثاني »

كيف تعدين بوجهك بنفسك درس واحد يستغرق ثلاث ساعات تصبحين بعده اخصائية في التجميل، مقابل ١٢٥ قرشاً ويشمل :

أولاً - العلاج ثانياً - المستحضرات الاساسية الثلاثة لاليزابث آردن • وهي (١) المقوى •

المشركة ف.ز. مصر الجديدة : كلمة مكور : هي طريقة من طرق طهى الخضر ، ومعناها طهى الخضر مع اللحم والماء او البهريز في وقت واحد ، ويمتاز هذا النوع من الطهى بوجود صلصة كثيرة مع الخضار فد تساعد على كمية استهلاكه في العائلات الكثيرة الافراد بخلاف الخضر التى تطهى بطريقة التسبيك ليطهى او ما يعرف بمعنى «الدقية او المسقعة» وكلمة مكور ايضاً معناها طهى الخضر مع البهريز او الماء بدون غيرها

اما بخصوص سؤالك الثانى فنحن نأسف لعدم اجابة رغبتك ويمكنك انت ان تكبرى رسمة الكولة بالحجم والمقاس الذى ترغبينه .

نوال • صديقة بنت النيل : سنجيبك الى رغبتك قريباً ان شاء الله

السيدة ف.ف المنصورة : التورثة ذات الدور الواحد او الدورين لا تقدم في اعياد الميلاد بل تقدم فقط في حفلات المرس. اما حفلات عيد الميلاد فيقدم فيها اى نوع من انواع التورتات العادية المغطاة بانواع الحلوى المختلفة ويرص عليها الشمع بعدد سنوات الميلاد فاصنعى اى تورتة من التورتات التى سبق ان نشرتها في الاعداد السابقة وقد نشرت في هذا العدد تورتة شيكولاته يمكنك ان تعلميها وضاعف المقدار واختارى صوانى كبيرة اذا رغبت ان تكون التورثة ذات حجم واسع ، وزخريها حسب ذوقك واكتبي عليها «ميلاد سعيد» ورصي حولها الشمع

الى السيدة حرم م. عز الدين محمود سنبلنى طلبك في القريب العاجل هذا ويمكنك اخذ اى وحدة من وحدات الرسومات التى تشر في صفحات التطريز وعملها على مغرير البيانو الذى تنوين عمله •

الى الانسة ج.ع.ف. بميت غمر سنجيبك الى رغبتك قريباً جداً في صفحة « اصنعى ملابسك بنفسك » والسبب في عدم السرعة في تلبية طلبك هو ان اخصائية بنات النيل في التفصيل تسمير في دروسها على صفحات المجلة بطريقة تدريجية معينة •

ريوى بأسوان بخصوص سؤالك عن البهتان الذى حدث في قميص شقيقك الافرنكى • فمع الاسف ان البقع التى تحدث نتيجة بهتان الالوان على بعضها من المستحيل ازالها لا سيما اذا حدثت على اقمشة رفيعة ملونة مثل اللون الذى ذكرته • وربما زالت هذه البقعة بمرور

الى ح. فكرى بالمنزلة ارجعى الى عدد نوفمبر سنة ١٩٥٢ من مجلة بنات النيل تجدى طلبك •

بنات النيل

امال ع. بالقاهرة :

لا يمكن تحديد موعد صدور كتاب مطبخ بنات النيل ولكن نبادر الى اطمئنانك الى ان انتظارك لن يطول

انسة ع.ب بهجورة :

جانيت جرجس بمصر :

سنجيبك الى طلبك قريباً

بخصوص ما تطلبينه من نشر رسم لحزام من الكتانة فسواقيك برغبتك قريباً ان شاء الله •

انسة اسماء بطحطا :

صفار لون الصوف الذى ظهر على سطح البلوزة الصوف المعرض لحرارة الشمس دليل قاطع على ان حرارة الشمس النى جففت فيها البلوزة كانت شديدة • وسبق ان اوضحت ان الحرارة الشديدة في الماء تسبب صفار لون الصوف الابيض وانكماش الصوف عموماً • ومن الصعب ازالة هذه الظاهرة لان بلوزتك فيها خيطان من اللون الكحلى في الحزام والاكام

شريعة كمال :

اغسلنى فستانك الدانتيل الابيض بما عدائى وملوب صابون مع الضغط الخفيف بين راحتى اليد في الغسل والعصر واجشبي الدمك لانه يمزق الدانتيل • ثم اشطفيه في ماء دافى ثم في ماء بارد • واذا كانت الدانتيل من الحرير فاضيفى مقدار ملعقتين كبيرتين من ماء الصبغ الى ماء الشطف وذلك لتقوية الدانتيل واعادة رونقها وصلابتها اليها • اما اذا كانت من القطن فتشوى في نشا عادى نسبته مقدار من النشاء المطبوخ الى ٨ اجزاء من الماء ثم يعصر بخفة ويلف في قوطة نظيفة ثم يكوى وهو ممدى قليلاً بمكواة متوسطة الحرارة وعلى الظهر

بريد القارئات

الام القارئة ن.م.د. :

الاعداد الاولى نفذت وبعض الاعداد الاخرى موجودة ونسـن النسخة عشرون قرشاً

الى القارئة م.ن - مصر

لا تيسسى • فالعلم يطلب من المهد الى اللحد • حاولي الاشتراك في الجامعة الشعبية واهتمي بالمطالعة فالاطلاع هو اساس الثقافة وتحصيل المعارف •

الى الانسة اشراح - القلي يمكنك ما دمت حاصلة على الشهادة المتوسطة المذاكرة في البيت والتقدم الى اقرب لجنة لامتحان الثقافة مع طلبة المنازل •

الى المواطنة الهام محمود عفيفى اليك اسم كتاب لتعليم الانجليزية وهو جزآن

ESSENTIAL ENGLISH كما يمكنك الانتساب الى الشعبة الانجليزية في الجامعة الشعبية ومصرفاتها خمسون قرشاً في العام

الى القارئة رقية محمود : اتصلي بمدرسة المرأة الجديدة للتخريضي وهى خلف فبرة فحمد على بمصر القديمة •

بنات النيل

مجلة نسائية اجتماعية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبها رئيسة تحريرها
الدكتورة درية شفيق

الاراء ٤٨ شارع قصر النيل - القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤
البريد ١٠٥٠٢

١٠٠ في مصر والسودان
١٥٠ في البلطيق والبريك
٢٠٠ في الخارج ، ارمينيا ، اذربايجان

اضواء على الفن...

عود الى الفرقة المصرية الحديثة ١٠٠

أن ينتهى الموسم - ونحن على أبواب انتهائه - وهو فى سياسة ارتجال ١٠٠



حقا ان مقاليد الامور فى الفرقة قد ألقيت بين يدي

الاستاذ يوسف وهبى متأخرة ، وكان اللازم أن توضع المقاليد بين يديه قبل بداية الموسم بوقت كاف ليستطيع أن يعد موسما ممتازا منظما ينقذ الفرقة من هذا الارتجال .. ولكن هذا العذر وحده لا يكفى، لا يكفى فى تبرير عدم الانتظام فى برنامج الفرقة الذى اطلعنا عليه فوجدناه شيئا مطابقا لبرنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما ، ومع فارق واحد هو :

أن برنامج رمسيس منذ ثلاثين عاما كان أقوى وأعظم وأجمل وأدق من هذا البرنامج . كان الستار يرفع فى موعده حتى لتضبط ساعات المتفرجين على رفع الستار ... وكانت المسرحيات تقدم فى المواعيد والايام المقررة لها تماما لا أن

يبدو أن كلمتنا فى العدد الماضى حول الفرقة المصرية قد أغضبت بعض أصدقائنا ، ولهذا نعود الى الموضوع ذاته مرة أخرى ، لاننا لا نفكر فى رضائهم أو غضبهم بقدر ما نفكر فى أن نجدهم يحققون النجاح الذى نرجوه لهم ومنهم .

ان مهمتنا ليست هى اطلاق البخور بالحمد والثناء والتصفيق لأصدقائنا الذين نحبهم ونعزهم ونحترمهم ، ولكن مهمتنا هنا هى أن نأخذ بأيديهم الى النصر الذى ينتظرهم ..

واذا كان أصدقائنا يريدون مزيدا من الكلام فاننا نقول لهم ان العمل فى الفرقة المصرية الحديثة مرتجل ، بدأ مرتجلا ونخشى



زارت السيدة تحية كاريوكا دار بنت النيل ، وترى عند انصرافها فى حديث هام مع المحرر الفنى كبنت النيل .

الام الفنانة

◆ ينظم القسم الفنى بالمجلة مع اتحاد بنت النيل انتخابات لاختيار « الام الفنانة » لعام ١٩٥٤ بين الفنانات الامهات ، وتعلن فى العدد القادم تفاصيل هذا الانتخاب .

المسرح الجامعى

◆ أصبح فى حكم المقرر ان تبدأ مباريات المسرح الجامعى بين جميع كليات جامعة القاهرة فى خلال شهر مارس الحالى بمسرح حديقة الازبكية كما تبدأ فى شهر ابريل المقبل مباريات بطولة الجامعات المصرية فى التمثيل على المسرح .

الغناء عيد رمسيس

◆ ينتظر الغناء حفلات عيد ذكرى مسرح رمسيس هذا العام لظروف طارئة كما الفت جامعة القاهرة حفلة الاستقبال التى كان مؤمرا اقامتها بالحرم الجامعى لهذه المناسبة .



موسم مع الحياة

تلغى المسرحيات بغير سبب وتتقدم وتتأخر بغير سبب ، ومنذ بداية الموسم الى الان لم تقدم الفرقة أى مسرحية جديدة فكلها قديمة مثلت منذ عشرات السنين اللهم الا القليل .. سواء منها المقتبسة أو المترجمة .

ان الجمهور لا يهمل أن تعقد اللجان وتجتمع وتنفض وتقرر وترفض ، ولكن الجمهور يهمل أن يشاهد انتاجا وتقدما ووثبة حقيقية بالمسرح المصرى الحديث فى عهده الناصر الجديد .

هذا الكلام نقوله ونصر عليه لاننا نعلم أن الاستاذ يوسف وهبى قادر على تحقيقه وتحقيق العدالة بين أفراد الفرقة ، وأن يوسف وهبى أيضا عدو الارتجال والظلم فى العجل وأستاذ الدقبة والنظام لاجيال من ممثلى مصر ..

وأن الامال التى عقدت عليه فى وثبة المسرح المصرى كبيرة .. وهى أكبر من أن تعالج بالكلام وبالغضب ، فاغضبوا منا يا أصدقاءنا لاننا نحبكم ولاننا نعمل لنجد الامال الكبيرة المعقودة عليكم قد تحققت على أيديكم .

« ي »



الصبا .. يتحدى ١٠٠

قانون وآداب المسرح

علمنا أخيراً أن الضاغ
كمال الدين حسين وزير
الثئون الاجتماعية قد طلب
من الفنيين في الوزارة اعداد
مشروع قانون بتنظيم دخول
الاحداث الى الملاهي والمحال
العامة .

ولقد سررنا كثيراً لهذه
العناية من الوزير الشاب ،
بأمر حقوق الاحداث الخلقية
على مجتمعنا المصري ، وهي
العناية التي طالما طالبنا
المسؤولين في العهود الماضية
بأن يعيروا الاحداث عندنا
شيئاً منها .

قلنا اننا نريد أن يعرف
جمهورنا أن دار التمثيل
ليست هي المكان المخصص
لقزقة اللب والفسول
السوداني ، وأن دار السينما
ليست هي المكان المخصص
لينقل اليه جمهور المتفرجين
صنوف المأكولات معهم من
الخارج كأنهم في رحلة الى
حديقة الحيوانات في شمس
النسيم .

قلنا هذا وقلنا أكثر منه
وانظرنا من الدولة طويلاً
أن تعلم جمهورنا المتفرج كيف
لا يضع أقدامه مثلاً على المقاعد
التي تكون أمامه ، وكيف لا
يصل الى الدار متأخراً عن
بداية الحفلات ليزعج الممثلين
ويزعج جمهور المتفرجين . .
وكيف لا يتحدث ولا يدخن
ولا يجلس في غير مكانه . .

قلنا أشياء كثيرة وانظرنا
لنرى كيف تأخذ الدولة
عندنا بأيدي الجمهور الى
المكان الصحيح .

لهذا فانا نستبشر خيراً
بالمشروع الذي طلب الوزير
الشائر اعداده ، ونوقن أنه
خطوة ستتلوها خطوات في
بناء مجتمعنا الفني في مصر .

حلم ليلة مع الاوبرا الايطالية

شهدت دار
الاوبرا المصرية في
الايام الاخيرة فرقة
الاوبرا الايطالية ،
وللاوبرا الايطالية
في مصر مواسم
عديدة ، ولهذا لم
تعد دارنا غريبة



على الفرق الايطالية التي
تلعب أدوارها عليها منذ
عشرات السنين .
تمنيت وأنا أشاهد الفرقة
الايطالية أن أرى مكانها فرقة
للاوبرا المصرية ، تستطيع
أن تجذب القلوب والعيون
والاسماع ، وتستطيع أن
تنزع اعجاب جمهور
المشاهدين بأدائها وموسيقاها

الحاملة الصاخبة
الهائلة المجنونة
التي تلعب بأنفاس
المتفرجين في
الصدر .
كانت لنا أوبرا
مصرية منذ ثلاثين
عاماً أو يزيد . .

وكانت الاوبرا المصرية عندنا
تستطيع أن تفوق أي لون من
ألوان التمثيل التي تقدمها
مسارحنا الآن في مصر . .
وكان شيء من العناية بأمر
الاوبرا المصرية منذ ذلك
التاريخ جديراً بأن يجعل
منها اليوم الحلم الذي كنت
أحلم به وأنا أشاهد هذه
الفرقة الايطالية .



آمال وحيد

انسانة . . طيبة القلب . . لم نجمها سريعاً . . ولسبب خاص
انطفأ نجمها سريعاً ايضاً . . وعادت بعد سنوات تلحق بالقطار
السريع . . رياضية . . تهوى الشطرنج وتهدف دائماً الى . . قتل الملك !

المسرح الشعبي والتوجيه

ليست فكرة المسرح
الشعبي في الاصل هي
تجميع بعض الفسارغين
والتمسافهين بين الممثلين
القدامى - ارضاء لخاطر
زيد أو خاطر عمرو ، تجميعهم
في « شعب » تعمل على حساب
الدولة ، لتقدم لجمهور
القرى عن العاصمة بعض
أشياء تافهة لا تنفع في شيء !
ان رسالة المسرح الشعبي
أسمى من هذا وأعظم ، انها
مدرسة الجماهير حيث تكون
مدرسة العلم والاخلاق
والتربية والصحة والوطنية
والمجتمع ، وانها وسيلة بث
روح العمل والانتاج وطريق
بعث الوعي القومي الصحيح
بين صفوف الملايين .

ترى هل أصبح المسرح
الشعبي عندنا محققاً فعلاً
لرسالة الطبيعة المرجوة ؟

وهل تخلص المسرح
الشعبي عندنا من آثار النفوذ
والاستغلال ، التي كانت ترفع
الى خشبته صبيلاً لبقال أو
عجائناً من مخبز أو مساعد
ترزى وغيرهم . ترفع هؤلاء الى
خشبته كممثلين وممثلات
وهم لم يعرفوا شيئاً عن
التمثيل . . .

ان ادارة المسرح الشعبي
يلزم أن تكون في أيدي بعض
الفنيين الحازمين ، الذين
يستطيعون بخبرتهم
واخلاصهم وحزمهم أن يجعلوا
منه أداة الرسالة المنشودة .

أما زمان الفوضى والانتهاز
فقد راح ، وقد آن للمسرح
الشعبي - شأنه شأن أية
رسالة شعبية ذات قيمة - أن
يأخذ طريقه الصحيح ، وإذا
كانت رسالة هذا المسرح هي
توجيه المحتاجين الى التوجيه
. . فان الاولى به هو ذاته أن
يجد لنفسه التوجيه السليم
يوسف فهمي



صامتاً .. من السيدة ؟ ..
من تلك المجهولة التي عرفت
مكانه ، وعلمت بسرهِ ؟ ..
واعطته تماضر الرسالة
وأشارت إليه أن يفضها
ويقرأها ، ففضها بيد غير
ثابتة ، وأبتدأ يقرأ ..

زوجي الحبيب ..

لعل هذه الرسالة التي
بين يديك الآن ، هي اعجب
رسالة كتبتها امرأة إلى
زوجها .. ذلك لأنني ادعوك
فيها إلى احضان امرأة
غيري ..

نعم يا زوجي الحبيب ..
ادعوك إليها لأنني أرى في ذلك
سعادتي ، فسعادتي في
الحياة ، استمدها من
سعادتك أنت يا توأم القلب ،
والهناء الذي أنشده
خالصاً لنفسى ، هو أن أراك
سعيداً بدنياً ، حقيقياً
بحياتك ..

عليها ، أسألك ... أما
استطيع أن أكون زوجاً
لامرأتين .. أنت وهى ..
و ... وبتر صوتها الملول
حديثه قالت :

— لقد انتهينا من بحث
هذا الأمر يا جمال .. أما
أنا وحيدى ، وأما هى
وحدها ... ثم أنا لا أرغمك

وركز جمال عينيه في
وجه تماضر ، وقد انعكست
الانفعالات العنيفة التي
تصطبغ في داخله على وجهه
ثم قال .. سأطلقها يا تماضر
غداً .. سأطلق عصمت ..

و ... وبتر حديثه صوت
طرقات على الباب ، ودخلت
الخادمة وسلمت سيدتها
خطاباً معنوناً باسم جمال ..
قالت أن سيدة مقبلة ..
قد سلمته إليها منذ لحظة ..
وإرتسمت الدهشة على
وجه جمال ونظر إلى تماضر
يسألها بعينيهِ : «سأؤالا

فاحتواها بين راحتيه في
شغف وهيام ، ومال عليها
فى رفق فقالت وهى تدفعه
عنها ، وتهمس في أذنه في
دلال .. كفى يا جمال ...

وانفلتت تماضر من بين
يديهِ ، وأرتكزت بمرفقها
على ظهر مقعد بجانبه
قلبه مباشرة .. قالت ..

— على ما استقر رأيك
يا جمال ؟!

وجاءها صوته ، خافتاً
حزيناً أسيفاً ، بعد لحظة
من صمت قال :

— سأنزل عند رغبتك
يا تماضر وأطلق عصمت ..
سأطلقها غداً .. رغم
أنى لم أر منها طيبة
حياتى معها شيئاً يفضبنى
أو يشقبنى ، لم أر منها
غير التفانى في حبنى والعمل
على راحتى .. وأننى في لوعة
حبنى لك ، وحرقة أسنأى

وقف هنيهة متردداً ،
يتأمل موقفه ، ويزن عواقبه ،
ويسأل مشاعره ، هل يعود
أدراجه ؟

أيعود ادراجه ولم يعد
يفصله عنها غير هذه الدرجات
الثلاث !؟ .. درجات ثلاث
لو قفزها ، لضم المرأة التي
يهواها بعد برهة وجيزة إلى
احضانه ، فهل يعود
أدراجه !؟ ..

لو انصت إلى ذلك الصوت
العميق الملح ، الذى انبثق
من أعماقه وظفاً إلى سطح
وجوده فعلمه الأرق والسهاد
في الأيام الأخيرة ، لعاد
أدراجه ، ولكنه ما كان ليفعل
وخلف الباب امرأة يهواها
.. فقفز الدرجات الثلاث ،
ودق الجرس ..

واستقبلته تماضر ،
بوجهها الجميل المتألق ،
وتغرها بالبأس ، ومدت
إليه يداً رخصة بضعة

سينما ريفوت

شركة افئوان طبع

٧٧٤٤٩

مجهز
بتكليف الزوار

ميرل ماكري
ايضون دي كارلو

في فيلم

الافاق

BORDER RIVER

بها لوان الطبع

Universal International

حسود كانت تريدك في يوم
من الايام زوجها لها .. امرأة
كابدت مرارة الحرمان منك،
ومشقة البعد عنك فانقلبت
حربا على هنالك وهنائي .
وما كان اسعدها يوم سالتها
من هي تماضر .. ومن
تكون .. وما غابت الا يوما
واحدا ثم أتت الى بالقصة
كلها !...

التقيت بتماضر في احدي
الحفلات الخيرية ، ورايتها
تبيع الزهور متطوعة ،
ورأيت في عينيها ما ملأ
قلبك بالعطف عليها ، فسألت
من هي .. فعلمت انها
امرأة حديثة العهد بالترمل،
وأن زوجها كان عضوا
عاملا بالجمعية ، وانها ابت
أن تستسلم للحزن وأبت
الا ان تسهم بمجهودها في
نجاح الحفل الذي وضع
زوجها برنامجا قبيل وفاته
بأيام قلائل فأكبرت فيها
شجاعتها ، وتقدمت اليها
معزيا مثنيا على روحها
العالية .. والتقيت بها
بعد ذلك مصادفة فدعوته
الى تناول الشاي معك .
وأنا اعتقد انك لم تكن
تريد من وراء ذلك سوى
التخفيف عنها ومواساتها ،
ولكن الامر تطور الى غير
ما كنت تنتظر .. انقلب
اللقاء العابر الى لقاء
ضربنا له موعدا ، وانقلبت
المواساة الى عطف وتطور
العطف فاضحى غراما ..
وخيرتك تماضر عندما
عرضت عليها ان تتزوجها ،
خيرتك بيني وبينها ...
آه .. ما كان اقساها ..
وتغيرت احوالك ، ذلك
التغير الذي كنت أعزوه الى
أشياء أخرى فلم يكن
يخطر ببالي قط ان هنالك
امرأة أخرى .. حتى كانت
تلك الليلة التي نبا بك
مضجعا فيها ، وقد
اصطرعت في نفسك الرغبة
اليها ، واعتورك نوع من
جنون الهوى ، فغادرت
فراشك الدافئ ، اليها ،

منى النفس .. عندما
جلست لاكتب لك هذه
الرسالة ، كان على اولا ان
أضع أعصابي في قمقم
من تلك القماقم التي كانوا
يحبسون فيها جن الأساطير،
ويغلقونها عليها ، تجنبيا
لبدواتها وعبتها الرهيب .
معذرة .. فأنا امرأة ..
وامرأة تحب ، فلا بد للقلم
أن يرتعش بين أصابعي وهو
يجري لاهثا على الورق ،
بتلك الكلمات الرهيبة ، التي
يهتز لها كل عصب من
أعصابي ثورة وحسقا ، على
تلك المرأة التي ادعوك اليها ،
والتى سلبت منك منى .. يا أعز
ما أملك ...

ولعلك تتساءل ، كيف
عرفت شرك ، وعلمت
بهواك ؟ ..

رفعت ذراعي في وهدة
احدي الليالي ، وحمى
الرغبة الى ضمك تصهرني
حنانا وحبا ، اردت لرأسك
متكا لينا هو ذراعي ووسادة
حانية عطوفا هي صدري ،
ولكني احتضنت الفراغ !!
وقفزت في فراشي قلقية
مضطربة ، أبحث عنك
ببصري في انحاء الحجرة ،
فوجدت السكون مطبقا على
كل شيء ، وأشباح قطع
الاثاث ساكنة كأنما هي
مردة قد اشير عليها بعضا
سحرية ، وانتابني الرعب،
وقمت من فراشي أبحث عنك
في انحاء البيت فلم
أجدك !!...

وعدت الى مع الصباح
مبتل الثياب بماء المطر ،
محموما ملتهب الجبين ..
لم أسألك أين كنت .. وما
جدوى السؤال وانت لم تكن
تعنى ما تقول ، ولم تكن
تلفظ بغير كلمة واحدة ..
تماضر .. تماضر .. من
هي تماضر ؟ ..

وعلمت من هي تماضر ،
يوم سمعت قصة غرامكما
من فم ابنة خالتك سعاد ..
سعاد تلك المرأة التي لا ترتاح
الى سعادتنا .. امرأة

الى الليل القاتم الغريب ،
والى السماء التى كانت
تهمى بمطر غزير والى البرد
القارس .. ولكنك ما كنت
تبالى .. لا بالمطر ولا
بالبرد ولا بالليل الموحش ..
فقد كان خيالك ملتهبا
بصورتها .. فلم تعد
تحس الا بها ..

ولكنك عدت من عندها
بخفى حنين ، ولعلها لم
تشأ ان تستقبلك فى نصف
الليل !

وتلقاك فراش المرض
وقد سقطت صريعا بين
برائن الحمى ..

ومن خلال هديانك نبعت
ذكرياتك معها .. نبعت
فافرغت قناتمتها فى روحى ،
ورشيقت سهامها دامية
فى قلبى ، وأنا مشدودة الى
فراشك ، تطحننى اناتك ،
وتضمنى اللهفة عليك ضما
عنيفا مرهقا ، استمع فى
تنهدات الليل ، الى نداء
باسمها ، انسكب فى قلبى
كجمرات من لظى ، جمرات
بلون الدم ، صهرت كيانى
كله ، وعصفت بكرامتى
كامراة وزوجة ، وجعلتنى
انتفض مدعورة خائفة ،

عندئذ ، أدركت ان سماء
حياتى الزوجية ، قد
غرب نجمها فى افق بعيد
ضائع ، لا يرتد النجم عنه
أبدا ، أن تلك النسمات
القليلة الباقية فى حياتنا معا .
ما هى الا خفقات الشمس
لحظة تهوى الى أحضان
الافق المجهول . واحسست
بمشعل ارتباطنا الزوجى ،
يومض ومضات الاحتضار ،
ويحرق فى احتضاره كل
معنى يحمله ذلك الرباط
المقدس الذى يجمعنا ، بعد
أن انفصمت وشائج
الحب بيننا ..

وتمثل لى زورق حياتنا
الزوجية ، وهو ينساب
فى بحر الحياة هادئا ، حائيا ،
حتى استوت تلك المبرة على
الافق البعيد ، تناديك

نداء خفيا اثيريا ، لم انتبه
اليه ، وتجذبك الى دنياها
جذبا سحرى لم اكن احس
به حتى رايتك تترنح فى
الزورق وتتخبط فى بحر
الحياة بين يدي من أخذتك
منى .. واهى لقلبي !

وانتشلتنى اناتك من
ذكرياتى فاذا بى معلقة فى
فراغ الوحشة ورأيتك تعانى
وطاه الحمى فطلبت من الله
ان افتديك بحياتى .

طلبت منه ان افتديك
بحياتى وأنا اسمعك تهتف
باسمها ، اسم التى سلبتك
منى ، هتافا ملحا ذليلا ،
تناديا به فى لهفة العاشق ،
نداء حارا دافقا ، سرى
على مسرى حلم سقيم
فى حلقة نهار لا يبيده
فجر قريب .

وركعت بجوار فراشك ،
عابدة بتولا ، ابتهل فى ضراعة
الى الله ، ان افتديك بحياتى ،
أن ياخذنى بدلا منك ،
فأنت أمامك المستقبل
الباسم ، والمرأة التى
تهواها ..

أما أنا يا جمال ، فلا ارى
الدنيا الا من خلال عينيك ،
ولا أنسم الحياة الا من
اجلك ، ولا أعيش الا لك ،
فان فقدتك فقد ران على
قلبي صمت .. الموت !!

واستجاب الله لدعائى
وشفاك .. استرددتك فى
اللحظة التى اضطرب فيها
نجم حياتنا على الأفق ثم
هوى فى مسرى شعاع قتلت
قلبي فيه راضية ، لأنى
رأيتك تسعى الى هنائك
ونعيم حياتك ، تسعى
اليها ، الى تماضر ، فى اليوم
الاول الذى غادرت فيه
فراش مرضك ..

فأريت ان اكتب ، ابتهل
اليك ، الا تطحن سعادتك
فى رضى حياتنا الافلة ..

أما أنا .. أنا يا منية
النفس ، فسوف استنبت
من العدم حياة ، واعتصر من

مرارة الصبر ، حلوة الأمل ،
وارتشف من ينبوع الحرمان
قطرات ضليلة ، أسكبها
على روحى اللهى ، فأحس
لذة الصادى ، عندما
تمس شفتيه علالة ماء ..

والبعاد يا جمال ، كما
قال « شيللى » يخمد
العواطف الصغيرة ، ولكنه
يلهب المشاعر الكبيرة ...
وأواه .. انى لقلبي ان
يصبر !

ولكنه الوداع ، وأنا اخطئ
اليك كلماته الاخيرة ،
يترامى الى من بعيد صوت
مطرب عاطفى فى اغنية
اجبتها سويا ، فلا يعلق
بقلبي من كلمات الاغنية ،
الا كلماتها العذبة المعذبة ..
من يوم ما فاتنى وراح ،
شدو البلال نواح .. والورد
لون الجراح ..

جراح القلب المعذب ، التى
يلطف من آلامها ، تلك
الأحلام السعيدة التى أعيش
فيها لحين مولد طفلنا الاول
الذى احمله الان فى احشائى .
سيكون صورة منك ،
لأنى كنت شغوفة بالنظر
الى وجهك الجميل دائما ،
فأرى فيه سعادتى معك
التي فقدتها ، قد أشرقت من
جديد فى بسمة طفولته
البريئة الطاهرة ..

أنا اعرفك تحب الاطفال
حبا شديدا يملك عليك
أحلامك كلها ، واعرف انك
تتلهم الى الولد .. وسوف
أهبك هذا الولد ، رغم
ان مجيئه سيكون فى أيام
من الحياة قاتمة ، لهذا
استحلفك بالذى اودعت
سر وجوده فى كيانى الصغير ،
استحلفك أن تبقى على رباط
الزوجية ، فلا تفصمه ، ونحن
على وشك ان نكون لأول
مرة ، أبأ وأما !! .. وأقسم
لك انك لن ترانى أبدا ، لو
أردت ذلك ، فقد اخترت
من بعدك الوحدة لى رفيقا ،
أرعى فيها ذكريات حلوة

لأيام سعيدة خلت ، عشتها
معك ، تحت عينيك
الجميلتين ..

والان وداعا يا جمال ،
وداعا لن اسفك فيه دمعة
واحدة ، وداعا يا أجمل
ذكرى فى حياتى ، وداعا
يا الف الروح وتوأم القلب .
زوجتك
عصمت

وطوى جمال الرسالة ،
وقد اغرورقت عيناه بالدموع
وهمس وقد هزه النبأ
وملك عليه كل مشاعره ،
عصمت حامل يا تماضر ..
ساكون أبأ .. أبأ يا تماضر .
تصورى .. سيكون لى ولد
ينادينى بصوته الملائكى
أحلو .. بابا .. بابا ..
وهمس لنفسه ، عصمت
يا أم ابنائى ، عصمت يا توأم
القلب والف الروح ...
غفرانك ، فديتك أنا بحياتى
.. فديتك يا عصمت ...
يا أم ولدى .

وانتشله صوت تماضر
من خواطره السعيدة قالت
له :

— هل سيغير هذا النبأ
ما استقر عليه رايك بشأن
الطلاق ؟!

فلم يجبها ، بل نظر اليها
نظرة غامضة مبهمة لم تفهم
لها معنى .. ثم استدار
وأولاه ظهره ، واندفع يريد
الباب .. فنادته تماضر ..
جمال .. جمال .. ولكن
الباب كان قد غيبه وارتد
اليها نداؤها الملهوف حزينا
كسيفا ، فأدركت انه
الوداع .

وهزتها الصدمة هزا
عنيفا ، فزحفت الى مقعد
قريب ، والقت بنفسها
عليه محطمة مهدمة ،
وقد ساحت دموعها على
وجنتيها ، وهتفت هامسة
من اعماق قلبها ، وهى
تنظر الى الباب الذى غيبه .
الوداع يا جمال

جلال مكاوى

ستوديو مصر يقدم

أقوى من الحب

فيلم أقوى من الحب
عواطف ملتتهبة
غرام عنيف..!

فكرة
إنسانية
رائعة



مديحه يسري
عمار حمدي

بالاشتراك مع
المطربة
شادية

إخراج: عمر الدين زوا الفقار



توزيع: شركة النيل للسينما

حالياً بسينما ستوديو مصر بالقاهرة ورئيس بالاكندرية

ثمرة جهودنا حية

في أكثر من ٦٠ عامًا

سيجارة

معدن ممتاز

أكل ما وصلت اليه صناعة السجائر المصرية

إنتاج

شركة كوتاريلي



فلتر بالفلتر



فلتر أبيض



سادة

صناعة مصرية